

FASSI

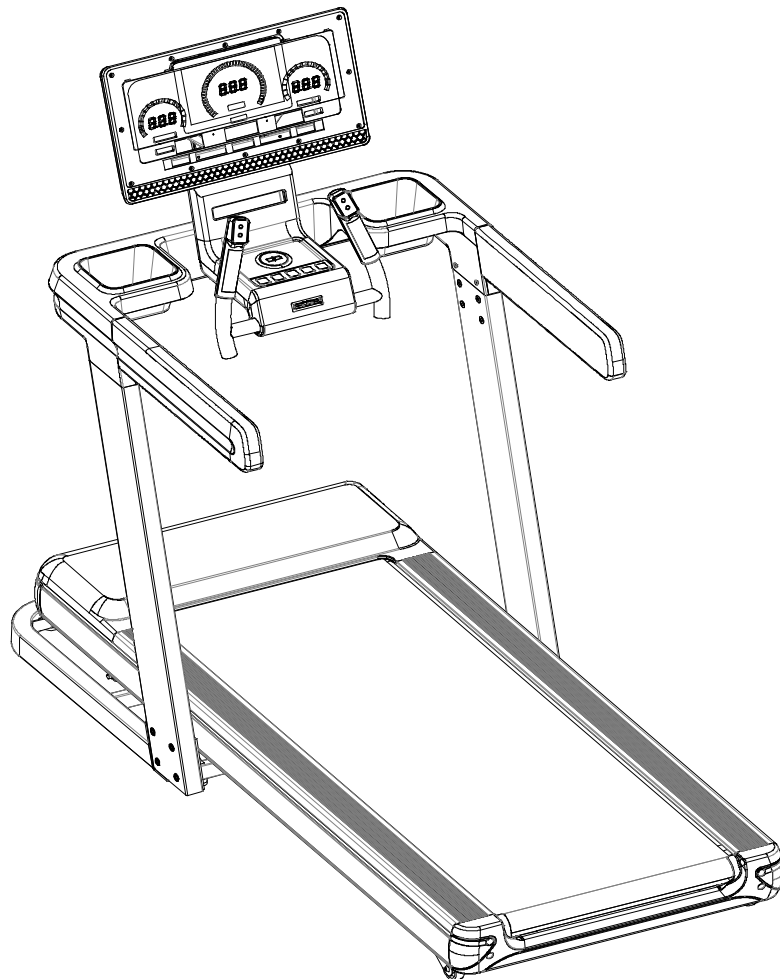
F 12.9 AC

MANUALE D'ISTRUZIONI
BEDIENUNGSANLEITUNG
USER'S MANUAL

IT

DE

EN



Massimo Peso Utilizzatore
Maximales Benutzergewicht
Max User's weight

160 kg

ISTRUZIONI DI SICUREZZA

1. Leggere attentamente l'intero manuale prima di assemblare o utilizzare l'unità.
2. Utilizzare l'apparecchio solo come descritto nelle istruzioni.
3. Prima di utilizzare l'unità, verificare che tutte le viti e i bulloni siano ben serrate.
4. Tenere le mani lontane dalle parti in movimento.
5. Tenere i bambini e gli animali domestici lontani dall'apparecchio. Non lasciare mai i bambini da soli con l'apparecchio.
6. Prima dell'esercizio, verificare che tutte le parti della macchina siano assemblate correttamente.
7. L'unità può essere utilizzata da una sola persona alla volta.
8. Montare e utilizzare l'unità su una superficie solida e piana. Lasciare sempre un metro di spazio libero intorno all'unità.
9. Non utilizzare l'unità in prossimità di acqua o all'aperto.
10. Assicurarsi che il **liquido non** penetri **mai** nell'unità.
11. Tenere gli oggetti appuntiti lontano dall'unità.
12. Non utilizzare mai l'apparecchio se non funziona correttamente.
13. Non tentare di riparare l'apparecchio da soli senza aver prima consultato il nostro Centro di assistenza.
14. L'apparecchio è destinato esclusivamente all'uso domestico e non deve essere utilizzato in ambito commerciale. L'apparecchio è conforme alla norma **EN 957-1/6 HB** e non è adatto all'uso terapeutico.

SERVIZIO CLIENTI: In caso di rotture, danni o parti mancanti, rivolgersi al nostro centro di assistenza per ottenere i pezzi di ricambio originali. Nel frattempo, non utilizzare l'apparecchio.

ISTRUZIONI DI SICUREZZA PER L'ALLENAMENTO

ATTENZIONE Prima di iniziare l'attività fisica, consultare il proprio medico. Ciò è particolarmente importante per gli utenti con problemi di salute esistenti.

1. Riscaldarsi bene prima di iniziare l'allenamento.
2. Inserire la chiave di sicurezza e fissare l'altra estremità ai vestiti. Se è necessario arrestare rapidamente il motore, è sufficiente tirare la corda della chiave di sicurezza in modo che si stacchi dalla console; il tappeto si arresterà immediatamente. Per continuare l'allenamento, reinserire la chiave di sicurezza nella console.
3. Se la corda è danneggiata, contattare il nostro centro di assistenza.
4. Rimuovere la chiave di sicurezza e conservarla in un luogo sicuro quando l'unità non è in uso. Tenere la chiave di sicurezza fuori dalla portata dei bambini.
5. Quando ci si allena, indossare sempre indumenti adeguati che non possano impigliarsi nell'attrezzatura. Non utilizzare l'attrezzatura a piedi nudi, ma indossare sempre scarpe da ginnastica. Non indossare scarpe slacciate, con lacci penzolanti o con suole di cuoio.
6. Tenere gli indumenti appesi e gli asciugamani lontani dal nastro di scorrimento. Se un oggetto si incastra, spegnere immediatamente la macchina.
7. Prestare attenzione quando si avvia o si arresta l'esercizio. Usare il corrimano ogni volta che è possibile. Aggrapparsi al corrimano quando si corre a velocità molto bassa. Non scendere dal tapis roulant mentre è in funzione.
8. Posizionare entrambi i piedi sulle coperture laterali, avviare il tapis roulant e, solo quando il tapis roulant funziona a una velocità bassa ma costante, salire sul tapis roulant un piede alla volta.

10. Non cercare di girarsi mentre si è in piedi sul tapis roulant e questo è in funzione. Tenere sempre il viso e le mani rivolti in avanti.

11. Non azionare mai l'unità quando c'è qualcuno sopra.

12. Non oscillare o saltare sul tapis roulant.

13. In caso di nausea, vertigini, dolore o altri sintomi fisici insoliti, interrompere immediatamente l'allenamento e consultare un medico.

14. Le persone disabili devono utilizzare l'apparecchio solo in presenza di personale qualificato o del proprio medico.

15. I bambini devono utilizzare l'apparecchio solo in presenza di un adulto.

16. In caso di malessere, nausea, dolore al petto o altri sintomi anomali, interrompere immediatamente l'allenamento e consultare un medico.

SICUREZZA ELETTRICA

Questo apparecchio è progettato per una tensione di 220V $\pm$ 5%. Non utilizzare prolunghe, ma collegare il cavo di rete direttamente alla presa.

IMPORTANTE: non modificare il cavo di alimentazione fornito con il tapis roulant. Se non è possibile collegarlo, utilizzare una presa di corrente adeguata installata da un tecnico qualificato.

SOVRATENSIONE: questa unità è dotata di una protezione contro le sovratensioni. In caso di sovratensione, l'apparecchio si spegne automaticamente. Se l'apparecchio si spegne, portare l'interruttore di accensione in posizione "off" e riaccenderlo.

ISTRUZIONI PER LO SMALTIMENTO



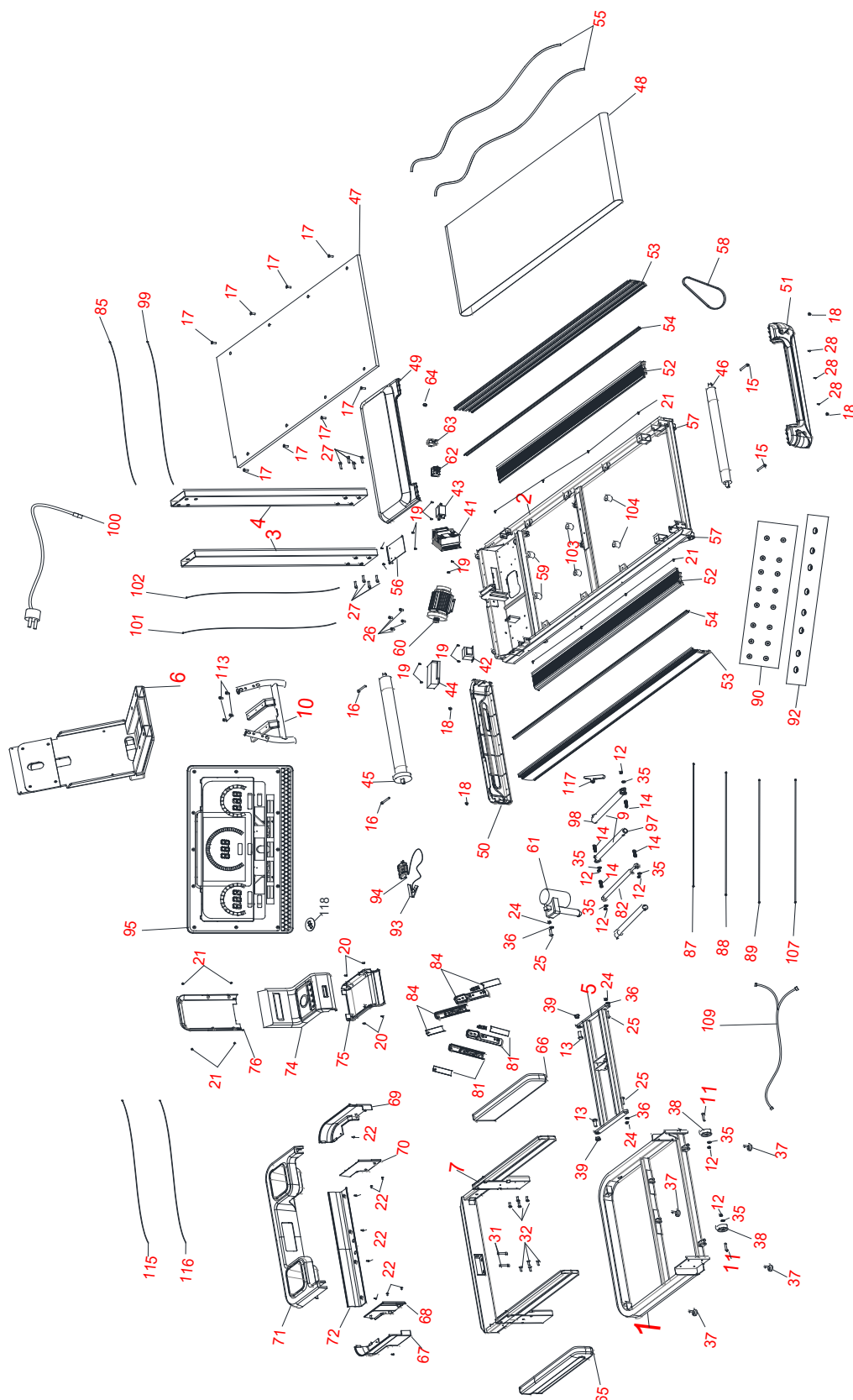
I materiali di imballaggio sono riciclabili.

Si prega di smaltire l'imballaggio nel rispetto dell'ambiente.

Non smaltire gli apparecchi elettrici nei rifiuti domestici. Secondo la Direttiva europea 2011/65/CE sui rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche e la sua implementazione nella legislazione nazionale, è necessario procedere come segue

gli apparecchi elettrici usati devono essere raccolti separatamente e riciclati nel rispetto dell'ambiente. Se i prodotti contengono batterie o batterie ricaricabili non installate in modo permanente, queste devono essere rimosse prima dello smaltimento e smaltite separatamente come batterie.

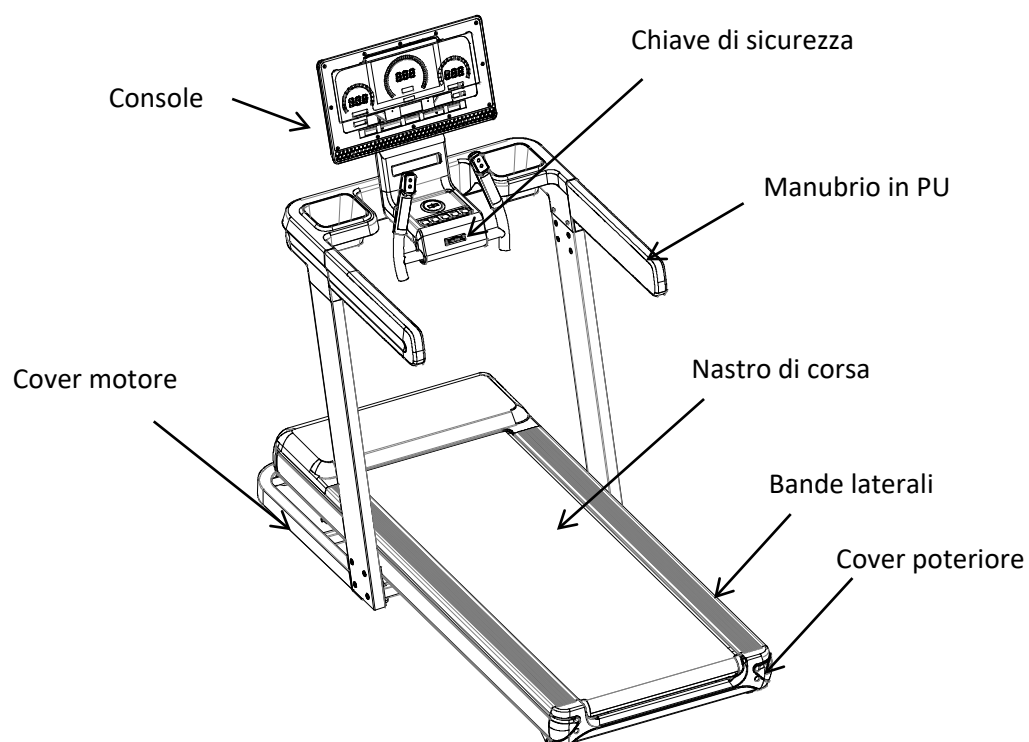
VISTA ESPLOSA



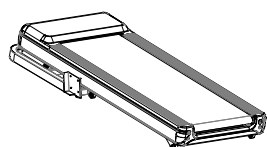
LISTA DELLE PARTI

1	Telaio base	1	56	Piastra fissa per filtro e induttore	1
2	Telaio principale	1	57	Ruota posteriore	2
3	Montante sinistro	1	58	Cinghia motore	1
4	Montante destro	1	59	Cuscino cilindrico	6
5	Telaio inclinazione	1	60	Motore a corrente alternata	1
6	Cornice del monitor	1	61	Motore inclinazione	1
7	Telaio del vassoio del monitor	1	62	Interruttore	1
9	Parti di collegamento Ezfit	1	63	Fusibile	1
10	Manubrio pulsazioni	1	64	Fibbia del cavo di alimentazione	1
11	Bullone semifilettato a testa piatta grande esagonale M8x50x20	2	65	Manubrio sinistro in PU	1
12	controdado esagonale M8	12	66	Manubrio destro in PU	1
13	Bullone semifilettato a testa esagonale M12xΦ14x35x19	2	67	Copertura laterale esterna sinistra del manubrio	1
14	Bullone semifilettato a testa piatta grande esagonale M8x35x20	4	68	Coperchio laterale interno sinistro del manubrio	1
15	Bullone esagonale, testa cilindrica, battistrada completo M8x75	2	69	Copertura laterale esterna destra del manubrio	1
16	Bullone a testa cilindrica esagonale con battistrada completo	1	70	Copertura laterale interna destra del manubrio	1
17	Bullone a testa svasata esagonale a filetto pieno M6x25	10	71	Vassoio superiore per monitor	1
18	Bullone a croce a testa piatta grande filettatura totale M5x10	4	72	Vassoio inferiore per monitor	1
19	Bullone a croce a testa piatta grande filettatura totale M4x10	10	74	Centro del coperchio sup. del vassoio del monitor	1
20	Vite autofilettante a testa svasata con incasso a croce ST4x15	18	75	Centro del coperchio inf. del vassoio del monitor	1
21	Vite autofilettante a testa piatta grande con incasso a croce ST4x16	10	76	Coperchio post. cavo di connessione del monitor	1
22	Vite autofilettante a testa svasata con incasso a croce ST3x10	2	81	Pulsanti inclinazione sul manubrio	1
23	Bullone semifilettato a testa piatta grande esagonale M8x40x20	2	82	Cilindro	1
24	controdado esagonale M8	3	84	Pulsanti velocità sul manubrio	1
25	Bullone semifilettato esagonale a testa piatta grande M10x65x20	1	85	Montante di comunicazione	2
26	Bullone esagonale, testa piatta grande, filettatura totale, M8x25	4	87	Cavo di comunicazione di alimentazione	1
27	Bullone esagonale, testa cilindrica, filettatura totale, M8x35	8	88	Cavo di comunicazione di alimentazione	1
28	Vite autofilettante a testa piatta grande con incasso a croce ST4x10	14	89	Cavo di comunicazione di alimentazione	1
29	Vite autofilettante a testa piatta grande con incasso a croce ST4x12	24	90	Blocco di guida rotondo per sponda laterale	16
30	Bullone a testa cilindrica esagonale a filetto pieno M6x25	4	91	Fibbia del cavo di alimentazione	3
31	Bullone a testa cilindrica esagonale a filetto pieno M8x45	2	92	Rondella piatta in plastica	8
32	Bullone a testa svasata esagonale a filetto pieno M8x25	8	93	Chiave di sicurezza	1
34	Bullone semifilettato a testa piatta grande esagonale M10x35x20	3	94	Base chiave di sicurezza	1
35	Rondella piatta Φ8	14	95	Monitor	1
36	Rondella piatta Φ10	4	97	Tubo di espansione interno	1
37	Poggia piedi	4	98	Tubo di espansione esterno	1
38	Ruota anteriore	2	99	Cavo comunicazione inf. per linea luminosa a LED	1
39	Manicotto per metallurgia delle polveri	2	100	Cavo di alimentazione	1
41	Inverter	1	101	Cavo di comunicazione per monitor	1
42	Induttore	1	102	Cavo comunicazione sup. per linea luminosa a LED	1
43	Filtro	1	103	Cuscino cilindrico 2	2
44	Adattatore	1	104	Cuscino cilindrico 3	2
45	Rullo anteriore	1	107	Cavo di comunicazione di alimentazione	1
46	Rullo posteriore	1	109	Cavo Handle pulse	1
47	Pedana	1	111	Staffa per monitor	1
48	Nastro di corsa	1	112	Bullone a testa piatta grande esagonale M8x40	2
49	Coperchio motore	1	113	Bullone esagonale a filettatura piena M8x15	4
50	Coperchio motore anteriore	1	114	Staffa interna del monitor	1
51	Coperchio posteriore	1	115	Cavo di comunicazione principale per pulsante	1
52	Banda laterale	2	116	Cavo comunic. linea luminosa a LED per pulsante	1
53	Banda laterale	2	117	pedale per cilindro	1
54	Copertura della linea luminosa	2	118	Rondella in gomma per caricabatterie wireless	1
55	Linea luminosa a LED	2			

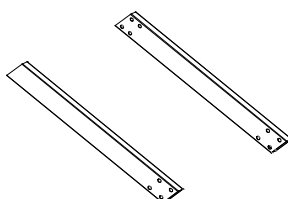
INTRODUZIONE



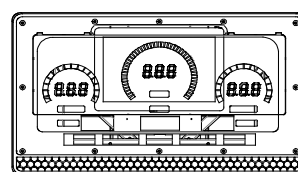
CONTENUTO IMBALLO



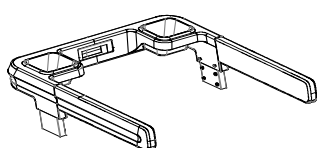
PEDANA



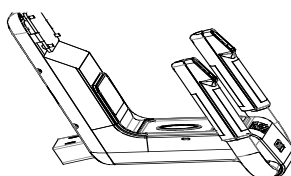
MONTANTI



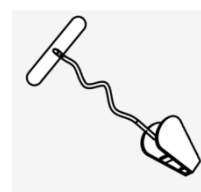
CONSOLE



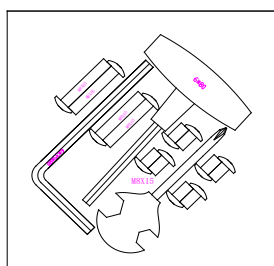
SOSTEGNO CONSOLE



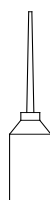
MANUBRIO CENTRALE



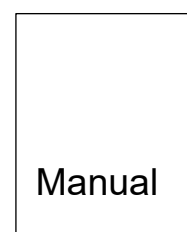
CHIAVE DI SICUREZZA



KIT MONTAGGIO

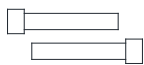


LUBRIFICANTE

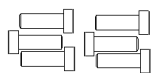


MANUALE

KIT DI MONTAGGIO



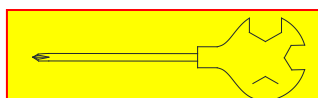
Viti esagonali a testa cilindrica a filetto pieno M8 × 45 x2 pz



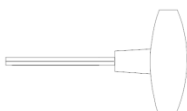
Viti esagonali a testa cilindrica a filetto pieno M8 × 35 x6 pz



Bullone a denti pieni a testa svasata esagonale M8 × 25 x8pz



Chiave a croce
14 * 17 * 75 * 1



Chiave a forma di T
6 * 80 * 1 pz

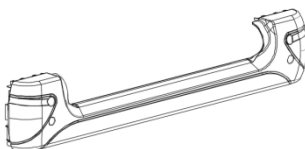


Chiave a forma di L
5 * 30 * 80s * 1 pz

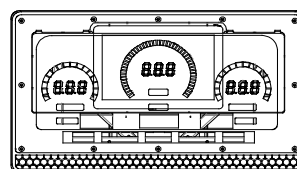
PARTI PRINCIPALI



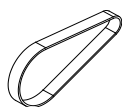
Cover motore



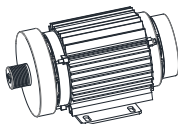
Cover posteriore



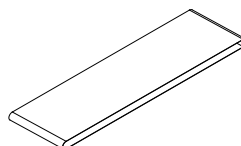
Monitor



Cinghia motore



Motore



Nastro di corsa

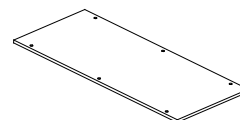
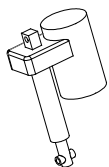
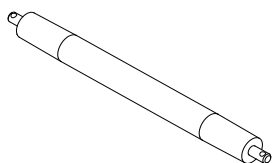


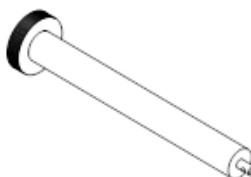
Tavola di corsa



Motore inclinazione



Rullo posteriore



Rullo anteriore

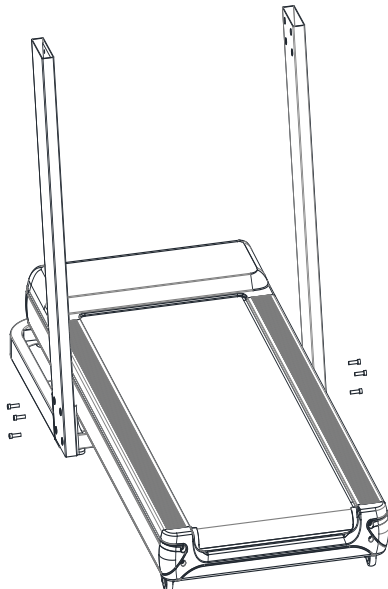


Bande laerali

ISTRUZIONI PER IL MONTAGGIO

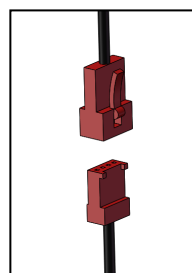
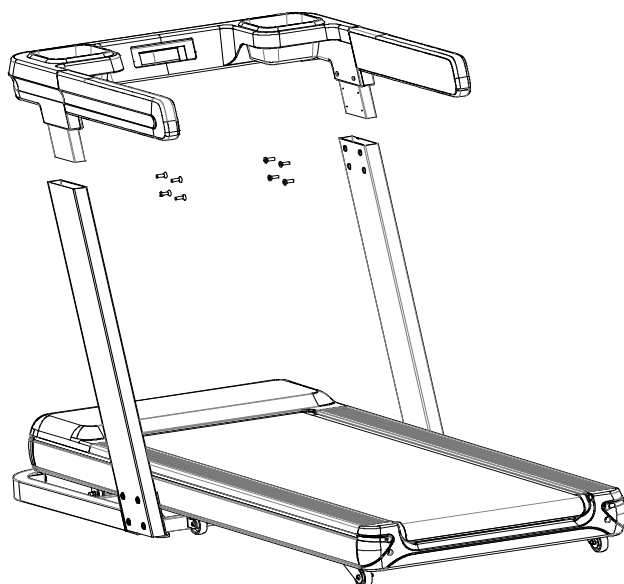
Passaggio 1

Estrarre la macchina dalla scatola e posizionarla sul pavimento piano. Sollevare il montante del supporto e fissarli bene con 6 viti M8X35.

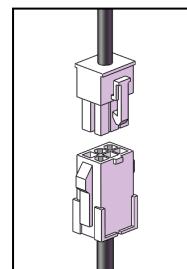


Passaggio 2

Collegare il cavo del segnale al montante destro e al vassoio del monitor come nell'immagine sottostante. Montare il vassoio del monitor sul montante verticale e fissarli con 8 pezzi di vite M8x25.



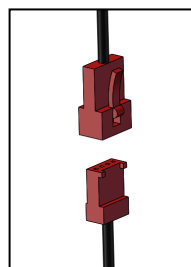
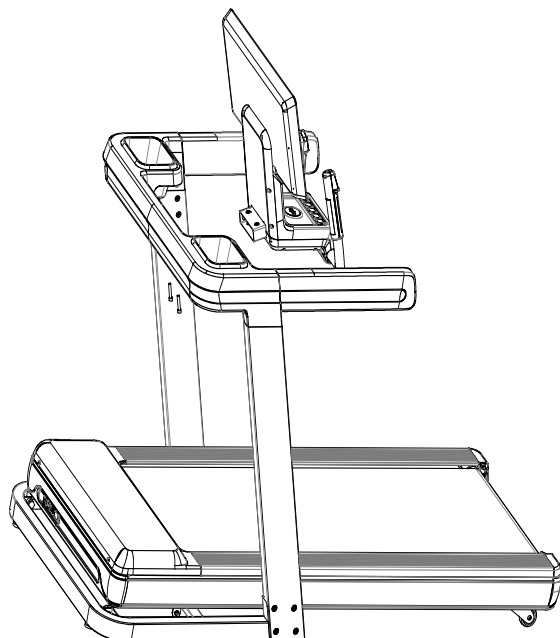
Cavo della
linea luminosa
a LED



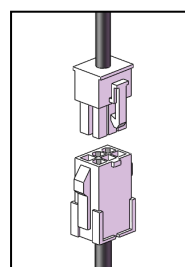
Cavo
principale

Passaggio 3

Collegare il cavo del segnale nel vassoio del monitor e nel monitor come mostrato nell'immagine sottostante, quindi inserire il monitor nel vassoio del monitor e fissarli con 2 bulloni M8 * 45. L'assemblaggio è terminato.



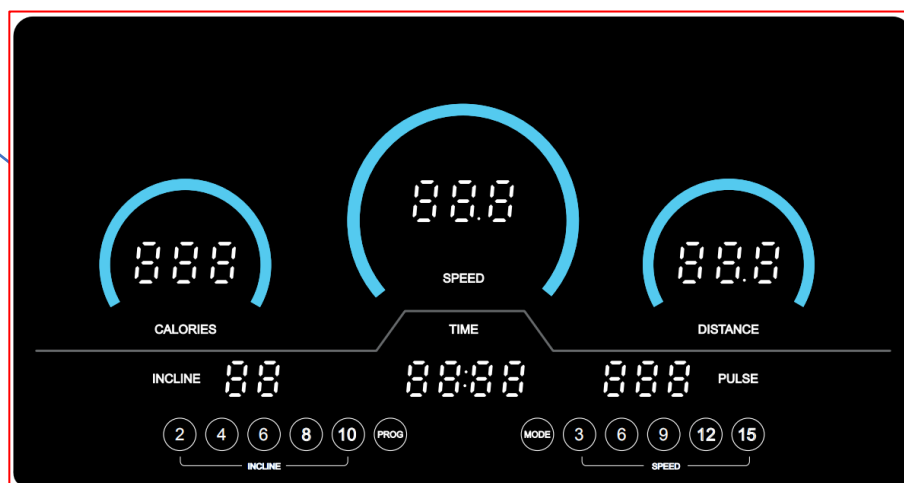
Cavo della
linea luminosa
a LED



Cavo
principale

ISTRUZIONI COMPUTER

Finestra LED



Inclinazione rapida

Velocità rapida



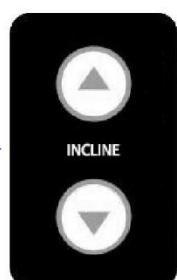
MODE

PROGRAM

STOP

START

Inclinazione



Velocità

Istruzioni delle finestre a LED

1. Finestra CALORIE: Visualizza il valore delle calorie.
2. Finestra SPEED: Visualizza il valore della velocità.
3. Finestra DISTANZA: Visualizza il valore della distanza.
4. Finestra INCLINAZIONE: Visualizza il valore della pendenza.
5. Finestra TIME: Visualizza il valore del tempo.
6. Finestra PULSE: Visualizza la frequenza cardiaca.

Funzioni principali del monitor:

1. P0 è il programma manuale; P01-P36 sono programmi automatici preimpostati; tre programmi utente e programmi BMI;
2. Display a LED con 4 tasti operativi;
3. Funzione di conversione del sistema metrico inglese e metrico di velocità/distanza;
4. Gamma di velocità: 1,0 ~ 22,0 KM / H, Gamma di inclinazione: 0-15 livelli
5. Sovraccarico, protezione da sovracorrente, impatto antideflagrante, anti-velocità, anti-interferenza elettromagnetica e altre funzioni di protezione di sicurezza;
6. Autocontrollo del sistema, funzione di richiesta di informazioni anomale;
7. 3 funzioni personalizzate;
8. Funzione ERP;
9. Funzione app Bluetooth (opzionale)

Istruzioni per l'uso della tastiera

1. **PROG:** Tasto di programmazione. In stato di arresto, premere il pulsante PROG per selezionare il programma da P0 ~ P36 / U01 ~ U03 / HRC1 ~ HRC3, BMI circolarmente.
2. **MODE:** Tasto di selezione della modalità. Quando è selezionata la modalità manuale, lo stato iniziale è normale. Premere il tasto MODE per selezionare tre modalità di funzionamento del conto alla rovescia: *Modalità conto alla rovescia del tempo -> Modalità conto alla rovescia delle calorie -> Modalità conto alla rovescia della distanza -> Normale*. Qualsiasi programma di P1 ~ P36 è il tasto di reset del valore predefinito del conto alla rovescia 30 minuti.
3. **START:** Tasto AVVIO/PAUSA. Quando il tapis roulant è in stato di arresto, premere il tasto per avviare. Al contrario, quando il tapis roulant è in stato di marcia, premere il tasto per mettere in pausa.
4. **STOP:** tasto STOP. Quando il tapis roulant è in stato di marcia, premere il tasto per fermarsi lentamente. Quando il monitor visualizza il messaggio ERR, premerlo per pulire il messaggio di errore.
5. **Velocità +/-:** Tasto di aumento/diminuzione. Quando è sotto lo stato di arresto o sotto il test del grasso corporeo, viene utilizzato per aumentare/diminuire l'impostazione dei parametri. Quando è in stato di marcia, viene utilizzato per aumentare/diminuire la velocità.
6.  : Tasto di aumento/diminuzione per l'inclinazione.

Conversione tra chilometri e miglia

1. Togliere la chiave di sicurezza e premere stimolantemente i tasti PROGRAM e MODE per alcuni secondi. Se il monitor visualizza 0,6, significa la conversione da km a e miglia.
2. Togliere la chiave di sicurezza e premere i tasti PROGRAM e MODE in modo stimolante per alcuni secondi, se **il monitor** visualizza 1.0, significa convertire da miglia a km.

Funzione chiave di sicurezza

La chiave di sicurezza è composta da un interruttore tattile, una molletta da bucato e un cordino di nylon e dispone di una funzione di sicurezza per l'arresto di emergenza.

1. In qualsiasi stato, la chiave di sicurezza viene estratta e la finestra temporale visualizza "E-07" con un segnale acustico. Se il motore è in funzione, il motore viene arrestato urgentemente e la tastiera della console non può funzionare.
2. Ogni volta che si posiziona la chiave di sicurezza, lo schermo viene visualizzato completamente per 2 secondi. Quindi immettere lo stato di funzionamento predefinito del sistema.

Programmi UTENTE:

3 UTENTI: USER1~USER3. In modalità UTENTE, gli utenti possono accedere o impostare il proprio programma sportivo, premere il tasto "P" per regolare su "USER1~USER3", quindi premere il tasto "M" per impostare o premere il tasto START per avviare lo sport. Premere il tasto "MODE" per impostare le 10 sezioni di velocità e ascensione del proprio programma. Dopo l'impostazione, l'utente preme "START" per avviare il tapis roulant. Il programma dell'utente verrà salvato e potrà essere utilizzato direttamente la prossima volta.

Guida all'uso della sicurezza

1. Inserire la spina del cavo di alimentazione nella presa di corrente da 10 A con messa a terra di sicurezza e agganciare l'interruttore di alimentazione. Lo schermo della consolle viene visualizzato completamente con un segnale acustico e identifica la chiave di sicurezza.

1. Metti la chiave di sicurezza nella sua posizione della console e collegala con il pannello davanti al petto. Entrerà nello stato di funzionamento predefinito del sistema dopo che lo schermo viene visualizzato completamente per 2 secondi. Il tapis roulant è sotto la modalità di temporizzazione positiva del programma manuale P0. Tutti i contatori vengono cancellati e il valore impostato viene azzerato.

1. Premere il **pulsante PROG** per selezionare circolarmente il programma P0~P36/ U01~U03/ HRC01~HRC03 e BMI. P0 è un programma personalizzato per l'utente. Premere il pulsante **MODE** per selezionare circolarmente quattro modalità di allenamento. La velocità e l'inclinazione dell'allenamento saranno impostate dall'utente. Il valore predefinito della velocità è 1,0 KM/H e il valore predefinito dell'inclinazione è 0%.

1. **Modalità allenamento 1 - Normale:** tempo, distanza e calorie vengono conteggiati positivamente, disabilita la funzione di impostazione.

2. **Modalità allenamento 2 - Conto alla rovescia:** La finestra temporale lampeggia nello stato di impostazione. Premere il pulsante del manubrio +/- per modificare il valore di impostazione. L'intervallo di impostazione del tempo è 5~99 minuti e il valore predefinito è 30 minuti.

3. **Modalità allenamento 3 - Conto alla rovescia delle calorie:** la finestra delle calorie lampeggia nello stato di impostazione. Premere il pulsante +/- per modificare il valore di impostazione. L'intervallo di impostazione delle calorie è 20~9990 cal e il valore predefinito è 50 cal.

4. **Modalità allenamento 4 - Conto alla rovescia della distanza:** la finestra della distanza lampeggia nello stato di impostazione. Premere il pulsante +/- per modificare il valore di impostazione. L'intervallo di impostazione della distanza è 1,0 ~ 99,0 km e il valore predefinito è 1,0 km.

P1~P36 è il programma di impostazione del sistema ed è disponibile solo per l'allenamento in modalità conto alla rovescia. La finestra temporale lampeggia nello stato di impostazione. Premere il pulsante +/- per modificare il valore di impostazione. L'intervallo di impostazione dell'ora è 5-99 minuti e il valore predefinito è 30 minuti.

Dopo aver impostato la modalità di allenamento, premere il pulsante **START**, lo schermo visualizzerà il conto alla rovescia del tempo con 3 secondi e 3 suoni di cicalino di accompagnamento. Quando il conto alla rovescia arriva a 1, il tapis roulant si avvia dolcemente e accelera lentamente fino alla velocità visualizzata. E poi correndo a velocità costante senza intoppi.

In stato di marcia, premere il tasto SPEED +/- per regolare la velocità di marcia.

In P1~P36, la velocità e l'inclinazione di ciascun programma saranno divise in 10 segmenti. Il tempo di ciascun segmento viene diviso equamente nel tempo di impostazione. La velocità o l'inclinazione regolate sono efficaci solo all'interno del segmento corrente. Ci sono 3 suoni di cicalino 3 secondi prima della conversione tra i segmenti. Il motore si fermerà automaticamente accompagnando con un lungo tono di avviso dopo che il programma ha eseguito tutti i 10 segmenti.

Quando il motore è in stato di funzionamento, premere nuovamente il pulsante START, il motore passerà dallo stato di pausa a quello di marcia. Riavvialo dallo stato di pausa, i dati di corsa registrati e l'avanzamento rimangono invariati.

Quando il motore è in stato di marcia, premere il pulsante STOP, il motore decelererà lentamente fino a quando non si fermerà dolcemente e tutte le impostazioni torneranno allo stato predefinito.

In stato di marcia, premere il tasto INCLINAZIONE   per regolare il livello di inclinazione.

In qualsiasi stato, il motore si fermerà urgentemente quando la chiave di sicurezza viene estratta e la finestra temporale visualizza "E-07" con un segnale acustico.

Il sistema di controllo elettrico è in monitoraggio di sicurezza in qualsiasi momento. Il tapis roulant da corsa si fermerà in caso di emergenza quando viene rilevata l'anomalia. Lo schermo visualizzerà le informazioni anomale e accompagnerà con il tono di avviso.

Premere il tasto "STOP" per cancellare il messaggio di errore quando la finestra del display mostra qualsiasi codice di errore.

Metodo di test del grasso corporeo: premere il tasto P per selezionare l'IMC del programma, premere il tasto MODE per selezionare il numero del progetto e premere il pulsante +/- per impostare i parametri.

F1 (Sesso): genere; Gamma di parametri: 1~2. 1 indica il maschio e 2 indica la femmina. Valore predefinito: 1.

F2 (Età): età; Intervallo di valori: da 1 a 99 anni. Valore predefinito: 25 anni.

F3 (Altezza): indica l'altezza. Gamma di parametri: da 100 a 220 cm. Predefinito: 170 cm.

F4 (Peso): indica il peso corporeo; Valore Range: da 20 a 150 kg. Valore predefinito 70 kg.

F5 (BMI): indica il completamento dell'impostazione dei parametri e l'ingresso nello stato di test del grasso corporeo. Tenere entrambe le mani sul sensore di frequenza cardiaca sulle impugnature sinistra e destra e attendere 4 secondi, la finestra del display visualizzerà la percentuale di destino corporeo (BMI) della persona testata. Per gli standard asiatici, il grasso corporeo inferiore a 18 anni è considerato magro, tra 18 e 24 è il peso ideale, tra 25 e 28 è sovrappeso e oltre 29 è obeso. Impostazione predefinita: 24 (questi dati sono solo a scopo di esercizio).

Funzione ERP

Il sistema si avvia in modalità ERP per impostazione predefinita, quando il monitor è in modalità standby senza alcuna operazione per più di 20 minuti, il monitor passerà alla modalità di sospensione per risparmiare il consumo di energia (identificare solo se il motore è in funzione o meno). La rimozione o l'inserimento della chiave di sicurezza può riattivare il sistema.

Programmi HRC (opzionale)

L'HRC predefinito è di tre gruppi. La velocità limitata di HRC1 è di 9 km/h. La velocità limitata di HRC2 è di 11 km/h. La velocità limitata di HRC3 è di 13 km/h

1. Metodo di impostazione/sequenza/intervallo di parametri di HRC. Premere il tasto del programma per visualizzare HRC. Passare all'impostazione successiva premendo il tasto modalità per confermare. Premere il tasto della velocità per regolare e completare l'impostazione degli ultimi parametri, quindi è possibile iniziare.

A) Intervallo di impostazione dell'età: 15 ~ 80 anni, predefinito 25 anni.

B) THR (frequenza cardiaca target) predefinita: $(220 - \text{età}) \times 0,6$

C) THR può essere modificato. Intervallo di modifica: 80~180

D) Impostazione dell'ora. Impostazione predefinita: 30 minuti. Intervallo di modifica: 5~99 minuti

Relazione di variazione di velocità.

A) Cambia frequenza. HRC rileva la frequenza cardiaca ogni 30 secondi (la frequenza cardiaca viene visualizzata sempre sullo schermo)

B) La velocità aumenta di 2 km/h quando la frequenza cardiaca dell'utente è inferiore di 30 battiti/min alla frequenza cardiaca target.

C) La velocità aumenta di 1 km/h quando la frequenza cardiaca dell'utente è di 6~29 battiti/min al di sotto della frequenza cardiaca target.

D) La velocità diminuisce di 2 km/h quando la frequenza cardiaca dell'utente è di 30 battiti/min superiore alla frequenza cardiaca target.

E) La velocità diminuisce di 1 km/h quando la frequenza cardiaca dell'utente è 0~5 battiti/min al di sopra della frequenza cardiaca target.

G) La velocità rimane la stessa. Quando la frequenza cardiaca dell'utente è 0~5 battiti/min al di sotto o al di sopra della frequenza cardiaca target.

Nelle seguenti situazioni, la velocità del tapis roulant rallenterà al minimo entro 20 secondi e si fermerà dopo aver corso alla velocità più bassa per 15 secondi con suono di allarme ogni secondo.

A) Ogni 30 secondi per rilevare una frequenza cardiaca, quando non è possibile rilevare le due frequenze cardiache consecutive.

B) 1 km/h (0,6 mph), la frequenza cardiaca porta alla decelerazione.

Quando la frequenza cardiaca supera 220 - l'età di impostazione.

La decelerazione non deve essere inferiore a 1 km/h (0,6 mph) quando la sua velocità è superiore a 1 km/h (0,6 mph). Ovvero: Tapis roulant con velocità minima di 1 km/h (0,6 mph), quando si muove a 1,6 km/h (1,0 mph) e rallenta a 1 km/h (0,6 mph) quando la frequenza cardiaca provoca una decelerazione di 1,0 (2,0) km/h.

L'inclinazione non è controllata dalla frequenza cardiaca ma dal manuale. Il tapis roulant non è controllato dal battito cardiaco per 1 minuto prima di iniziare a correre e inizia a correre secondo la formula integrata solo dopo 1 minuto di corsa.

Bluetooth function(Optional)

KINOMAP

Registrati e accedi all'APP Kinomap, fai clic sulle pagine di gestione delle attrezzature per il fitness, fai clic su "+" nell'angolo in alto a destra per aggiungere nuove attrezzature per il fitness. Seleziona il mio tapis roulant e poi scegli il marchio "AnyRun". Fare clic su Tapis roulant AnyRun nella pagina Il mio tapis roulant, quindi selezionare SW-7210EB-XXXX dall'attrezzatura per il fitness e fare clic.

ZWIFT

Scarica, registrati e accedi all'APP Zwift, entra nella pagina delle impostazioni:

Nella pagina DISPOSITIVI ASSOCIATI, fare clic su ESEGUI per tapis roulant; Quindi fare clic su FONTE DI ALIMENTAZIONE e viene visualizzato un menu a comparsa, selezionare il codice Bluetooth, che è lo stesso del codice etichettato sulla console dell'apparecchiatura, quindi selezionare OK per essere accoppiato.

NOTA: Zwift ricorda i dispositivi utilizzati nella sessione precedente e potrebbe tentare di associare a tali dispositivi se sono presenti e disponibili. Se vedi dispositivi accoppiati che tu non si desidera utilizzarli, è sufficiente deselezionarli e selezionare il dispositivo che si desidera accoppiare.

Connettersi alla musica Bluetooth

Attiva il Bluetooth del tuo telefono. Se è la prima volta che ci si connette al Bluetooth musicale, cerca il dispositivo Bluetooth con il nome Esegui musica in altri dispositivi e connettiti.



Programma automatico P1-P36 tabella velocità/inclinazione metrica :

SEG PROG		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SPEED	1.0	3.0	5.0	5.0	5.0	7.0	7.0	5.0	3.0	2.0
	INCLINE	2	2	8	6	6	4	4	6	2	2
P2	SPEED	2.0	3.0	5.0	8.0	5.0	5.0	6.0	8.0	4.0	3.0
	INCLINE	3	3	2	2	8	8	4	4	4	4
P3	SPEED	2.0	3.0	7.0	8.0	5.0	5.0	5.0	8.0	4.0	3.0
	INCLINE	1	2	5	7	7	4	4	6	2	2
P4	SPEED	2.0	2.0	5.0	8.0	8.0	8.0	8.0	5.0	3.0	2.0
	INCLINE	3	3	9	9	9	9	9	6	2	2
P5	SPEED	3.0	4.0	8.0	9.0	10.0	10.0	10.0	7.0	4.0	3.0
	INCLINE	2	2	8	6	6	6	6	6	1	1
P6	SPEED	3.0	4.0	6.0	7.0	7.0	7.0	9.0	10.0	5.0	3.0
	INCLINE	1	8	8	7	7	7	7	5	3	1
P7	SPEED	3.0	4.0	4.0	10.0	4.0	9.0	4.0	11.0	3.0	2.0
	INCLINE	1	1	6	6	6	8	8	10	6	2
P8	SPEED	3.0	5.0	7.0	9.0	3.0	5.0	7.0	5.0	11.0	5.0
	INCLINE	3	3	3	7	7	3	3	3	5	5
P9	SPEED	3.0	7.0	10.0	4.0	7.0	11.0	5.0	4.0	12.0	6.0
	INCLINE	3	6	7	3	8	8	3	8	4	4
P10	SPEED	3.0	5.0	9.0	10.0	6.0	6.0	9.0	6.0	11.0	3.0
	INCLINE	2	7	5	5	8	8	8	8	4	4
P11	SPEED	4.0	5.0	11.0	9.0	6.0	8.0	9.0	11.0	6.0	5.0
	INCLINE	1	6	3	3	7	7	4	4	6	6
P12	SPEED	4.0	6.0	10.0	10.0	10.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	3	8	9	5	5	8	8	4	4	4
P13	SPEED	2.0	4.0	6.0	6.0	6.0	8.0	8.0	6.0	4.0	3.0
	INCLINE	3	3	9	7	7	5	5	7	3	3
P14	SPEED	3.0	4.0	6.0	9.0	6.0	6.0	7.0	9.0	5.0	4.0
	INCLINE	4	4	3	3	9	9	5	5	5	5
P15	SPEED	3.0	4.0	8.0	9.0	6.0	6.0	6.0	9.0	5.0	4.0
	INCLINE	2	3	6	8	8	5	5	7	3	3
P16	SPEED	3.0	3.0	6.0	9.0	9.0	9.0	9.0	6.0	4.0	3.0
	INCLINE	4	4	10	10	10	10	10	7	3	3
P17	SPEED	4.0	5.0	9.0	10.0	11.0	11.0	11.0	8.0	5.0	4.0
	INCLINE	3	3	9	7	7	7	7	7	2	2
P18	SPEED	4.0	5.0	7.0	8.0	8.0	8.0	10.0	11.0	6.0	4.0
	INCLINE	2	9	9	8	8	8	8	6	4	2
P19	SPEED	4.0	5.0	5.0	11.0	5.0	10.0	5.0	12.0	4.0	3.0
	INCLINE	2.0	2	7	7	7	9	9	11	7	3
P20	SPEED	4.0	6.0	8.0	10.0	4.0	6.0	8.0	6.0	12.0	6.0
	INCLINE	4	4	4	8	8	4	4	4	6	6
P21	SPEED	4.0	8.0	11.0	5.0	8.0	12.0	6.0	5.0	12.0	7.0
	INCLINE	4	7	8	4	9	9	4	9	5	5
P22	SPEED	4.0	6.0	10.0	11.0	7.0	7.0	10.0	7.0	12.0	4.0
	INCLINE	3	8	6	6	9	9	9	9	5	5
P23	SPEED	5.0	6.0	12.0	10.0	7.0	9.0	10.0	12.0	7.0	6.0
	INCLINE	2	7	4	4	8	8	5	5	7	7
P24	SPEED	5.0	7.0	11.0	11.0	11.0	8.0	8.0	11.0	7.0	6.0
	INCLINE	4	9	10	6	6	9	9	5	5	5
P25	SPEED	3.0	5.0	7.0	7.0	7.0	9.0	9.0	7.0	5.0	4.0
	INCLINE	4	4	10	8	8	6	6	8	4	4
P26	SPEED	4.0	5.0	7.0	10.0	7.0	7.0	8.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	5	5	4	4	10	10	6	6	6	6
P27	SPEED	4.0	5.0	9.0	10.0	7.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	3	4	7	9	9	6	6	8	4	4
P28	SPEED	4.0	4.0	7.0	10.0	10.0	10.0	10.0	7.0	5.0	4.0
	INCLINE	5	5	10	10	10	10	10	8	4	4

P29	SPEED	5.0	6.0	10.0	11.0	12.0	12.0	12.0	9.0	6.0	5.0
	INCLINE	4	4	10	8	8	8	8	8	3	3
P30	SPEED	5.0	6.0	8.0	9.0	9.0	9.0	11.0	12.0	7.0	5.0
	INCLINE	3	10	10	9	9	9	9	7	5	3
P31	SPEED	5.0	6.0	6.0	12.0	6.0	11.0	6.0	12.0	5.0	4.0
	INCLINE	3	3	8	8	8	10	10	10	8	4
P32	SPEED	5.0	7.0	9.0	11.0	5.0	7.0	9.0	7.0	12.0	7.0
	INCLINE	5	5	5	9	9	5	5	5	7	7
P33	SPEED	5.0	9.0	12.0	6.0	9.0	12.0	7.0	6.0	12.0	8.0
	INCLINE	5	8	9	5	10	10	5	10	6	6
P34	SPEED	5.0	7.0	11.0	12.0	8.0	8.0	11.0	8.0	12.0	5.0
	INCLINE	4	9	7	7	10	10	10	10	6	6
P35	SPEED	6.0	7.0	12.0	11.0	8.0	10.0	11.0	12.0	8.0	7.0
	INCLINE	3	8	5	5	9	9	6	6	8	8
P36	SPEED	6.0	8.0	12.0	12.0	12.0	9.0	9.0	12.0	8.0	7.0
	INCLINE	5	10	10	7	7	10	10	6	6	6

Guasti comuni del sistema elettronico e metodi di risoluzione dei problemi:

Errore	Ragione	Manutenzione
Sistema non funzionante	A、Not plugged in or not turned on	Collegare l'alimentazione o portare l'interruttore di alimentazione in posizione "NO"
	B、Chiave di sicurezza non inserita	Mettere la chiave di sicurezza nella posizione corretta
	C、No power to the controller or monitor	Sostituire il controller o il monitor
	D、Collegamento dei cavi scadente	Controllare i terminali dei cavi di ingresso e uscita del sistema e i cavi di comunicazione all'interno del montante del supporto
Arresto improvviso in stato normale	A、Chiave di sicurezza disattivata	Sostituire la chiave di sicurezza
	B、Sistema anomalo	Si prega di chiamare il servizio post-vendita
Errore del pulsante	Pulsante non valido	1.Sostituire la tastiera e il cavo della tastiera; 2. Sostituire la scheda PCB
E-01	A、linea di comunicazione difettosa	Ricollegare il cavo di comunicazione e verificare se il terminale è collegato bene o sostituire il cavo di comunicazione
	B、console difettosa	Sostituire la console
	C、controller difettoso	Sostituire il controller
E-02	A、Cavo motore e motore difettosi	Sostituire il motore
	B、difetto tra il motore cavo e controller o controller difettoso	Controllare e collegare bene i cavi o sostituire il controller
E-03	A、Il sensore di velocità non è installato correttamente	Controlla e riconnetti
	B、Defective speed sensor	Sostituire il sensore di velocità
	C、Sensore di velocità sporco o scarso contatto	Controllare e ricollegare/pulire la polvere, grasso sul sensore di velocità
	D、controller difettoso	Sostituire il controller
E-05	A、Controller is damaged	Sostituire il controller
	B、damaged motor	Sostituire il motore
	C、mechanical failure	Controllare se la parte posteriore dell'olio siliconico del nastro da corsa è asciutta o se i rulli sono stati bloccati

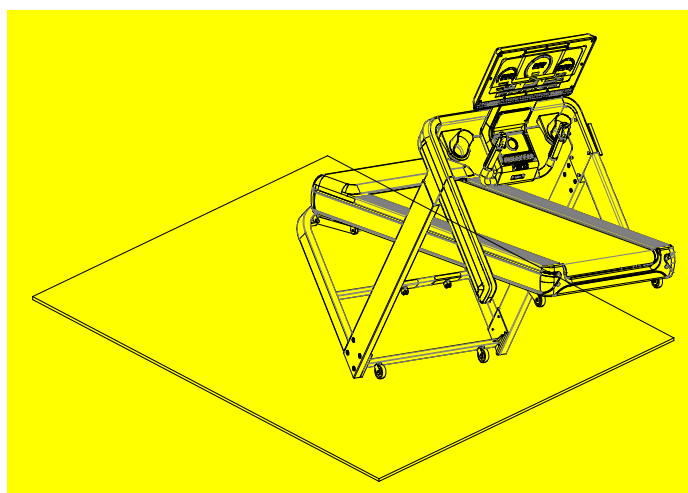
E-07	La console non rileva il segnale di blocco di sicurezza	1. Controllare se la chiave di sicurezza è nella posizione corretta; 2. Reinstallare la presa della chiave di sicurezza; 3. Sostituire la console
Nessuna visualizzazione della frequenza cardiaca	A、I cavi dell'impulso dell'impugnatura non sono inseriti correttamente o sono difettosi	Controllare e collegare o sostituire i cavi del polso dell'impugnatura
	B、I cavi della console sono difettosi	Sostituire la console
La consolle mostra tratti incompleti o mancanti	A、Il tubo digitale LED è difettoso	Sostituire la scheda PCB o il monitor
	B、Errore di sistema	Sostituire il monitor
Inclinazione assente	A、Motore di inclinazione difettoso	Sostituire il motore di inclinazione
	B、controller difettoso	Sostituire il controller
	C、Il segnale del controller è anomalo	Press the calibrate key on the controller to calibrate the incline value.

SPOSTAMENTO DEL TAPIS ROULANT

Assicurarsi che tutti i seguenti punti quando si sposta il tapis roulant:

1. **Riportare l'inclinazione in posizione piana (0).**
2. **Scollegare dalla presa di corrente.**
3. **Rimuovere il cavo di alimentazione dalla spina di alimentazione**

Dopo aver sollevato il tapis roulant afferrando l'estremità di entrambi i corrimano e alzandosi in posizione eretta, l'utente può spostare il tapis roulant in avanti o indietro lentamente nel posto giusto e appoggiare delicatamente il tapis roulant.



MANUTENZIONE

Una pulizia/manutenzione regolare aumenta la durata dell'apparecchio.

Ispezionare regolarmente il tapis roulant e, se necessario, serrare le parti allentate. Sostituire immediatamente le parti usurate.

PULIZIA

Attenzione: per evitare scosse elettriche, prima di procedere alla pulizia verificare che l'apparecchio sia scollegato dalla rete elettrica.

Importante: non utilizzare abrasivi o solventi per pulire il tapis roulant. Per evitare di danneggiare il computer, tenerlo lontano da qualsiasi liquido e non esporlo mai alla luce diretta del sole.

Dopo ogni allenamento: pulire la console del computer e le altre superfici del tapis roulant con un panno pulito, umido e morbido per rimuovere il sudore dell'allenamento.

Settimanalmente: la polvere e lo sporco dell'ambiente si depositano sotto il tapis roulant. Pertanto, passare l'aspirapolvere intorno e sotto il tapis roulant ogni settimana.

Semestrale: il motore in funzione aspira la polvere nel vano motore e può intasare il motore. Aprire il cofano ogni 6 mesi circa e aspirare con cura il vano motore e il motore.

LUBRIFICAZIONE DEI TAPIS ROULANT

Il tappeto di scorrimento è pre-lubrificato. Si consiglia di controllare regolarmente la lubrificazione del tappeto di scorrimento per garantire un funzionamento ottimale.

Controllare la lubrificazione del tappeto di corsa ogni 30-40 giorni: per farlo, sollevare i lati del tapis roulant e tastare la superficie del tappeto di corsa con le dita. Se si avvertono tracce di silicone, la lubrificazione non è necessaria.

Quando la superficie è asciutta, per la lubrificazione procedere come segue:

1. applicare l'olio di silicone sotto il tappeto di scorrimento sollevandolo di qualche centimetro; ripetere l'operazione sull'altro lato.
2. Accendere la macchina senza salire e far girare il nastro di scorrimento alla velocità minima per 5 minuti.



Utilizzare solo olio di silicone che non contenga componenti di petrolio.

TENSIONE DEL TAPPETO DI SCORRIMENTO

Se il tappetino scivola o si sente un inciampo durante i singoli passi, è necessario aumentare la tensione.

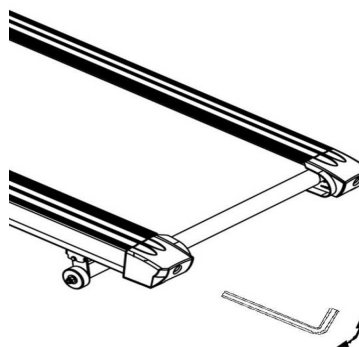
Ruotare la vite posteriore sinistra di 1/4 di giro in senso orario.

Ripetere il punto 1 per il lato destro. Assicurarsi di effettuare lo stesso numero di giri in modo che il rullo sia allineato con il telaio.

Ripetere il punto 1 e il punto 2 fino a quando il tappetino di corsa non è così teso da non scivolare più.

Fare attenzione a non tendere eccessivamente il tappeto di scorrimento per non causare una pressione eccessiva sui cuscinetti a sfera.

Per ridurre la tensione del tappeto di scorrimento, ruotare entrambe le viti in senso antiorario per lo stesso numero di volte.



CENTRATURA DEL TAPPETO DI SCORRIMENTO

Le forze che si generano durante la corsa possono far spostare leggermente il tappeto di corsa. Questo spostamento è normale e il nastro si regola da solo quando non ci si trova sopra. Se persiste, è necessario un intervento manuale.

Eeguire il tapis roulant senza nessuno e aumentare la velocità, fino a circa 6 km/h.

1. Controllare se la cinghia tende a destra o a sinistra.

Se il tappeto di scorrimento si sposta a sinistra, ruotare la vite posteriore sinistra in senso orario di ¼ di giro alla volta. Se il tappeto di scorrimento si sposta verso destra, ruotare la vite posteriore destra in senso orario di ¼ di giro alla volta.

Se il nastro non è ancora centrato, ripetere i passaggi precedenti fino a risolvere il problema.

2. Una volta centrato il nastro, aumentare la velocità e verificare che il nastro scorra correttamente al centro della piastra.

SAFETY INSTRUCTIONS

1. Read the entire manual carefully before mounting or operating the device.
2. Only use the device as described in the instructions.
3. Check that all screws and bolts are properly tightened before using the device.
4. Keep hands away from moving parts.
5. Keep children and pets away from the device. Never leave children alone with the device.
6. Before training, check that all parts of the device are properly assembled.
7. The device may only be used by one person at a time.
8. Mount and operate the device on a solid, level surface. Always leave a free passage of one meter around the device.
9. Do not use the device near water or outdoors.
10. Make sure that **liquid never** enters the device.
11. Keep sharp objects away from the device.
12. Never use the device if it is not working properly.
13. Do not attempt to repair the device yourself without first consulting our service center.
14. The device is intended for home use only and must not be used in the commercial sector. The device complies with the **EN 957-1/6 HB** standard and is not suitable for therapeutic use.

CUSTOMER SERVICE: In case of breakage, damage or missing parts, please contact our service center for original spare parts. In the meantime, do not use the device.

SAFETY INSTRUCTIONS FOR TRAINING

CAUTION Before you start training, consult your physician. This is especially important for users with existing health problems.

1. Warm up well before starting the workout.
2. Insert the safety key, attach the other end to your clothing. If you need to stop the motor quickly, simply pull the safety key's cable so that it comes off the console; the mat will stop immediately. To resume the workout, insert the safety key back into the console.
3. If the rope is damaged, please contact our service center.
4. Remove the security key and store it in a safe place when the device is not in use. Keep the security key out of the reach of children.
5. When exercising, always wear appropriate clothing that cannot get caught in the equipment. Do not use the equipment barefoot, always wear sneakers. Do not wear untied shoes, with dangling laces or shoes with leather soles.
6. Keep all hanging garments and towels away from the running belt. If an object gets stuck, switch off the device immediately.
7. Use caution when starting or stopping the workout. Use the handrail whenever possible. Hold onto the handrail

when running at a very low speed. Do not get off the treadmill while it is running.

8. Place both feet on the side covers, start the treadmill, and only when the treadmill is running at a slow but steady speed, step on the treadmill one foot at a time.
9. Do not try to turn around while standing on the treadmill and it is running. Keep your face and hands facing forward at all times.
10. Never operate the device when someone is on it.
11. Do not swing or jump on the treadmill.
12. If nausea, dizziness, pain, or other unusual physical symptoms occur, discontinue exercise immediately and seek medical attention.
13. Disabled persons may use the device only in the presence of qualified personnel or their physician.
14. Children should only use the device in the presence of an adult.
15. In case of malaise, nausea, chest pain or other abnormal symptoms, stop training immediately and consult a doctor.

ELECTRICAL SAFETY

This device is designed for a voltage of 220V $\pm$ 5%. Do not use extension cords, connect the power cord directly to the wall outlet.

IMPORTANT: Do not modify the power cord supplied with the treadmill. If you cannot plug it in, use a suitable outlet installed by a qualified technician.

OVER VOLTAGE: This device is equipped with overvoltage protection. In the event of a power surge, the unit will automatically shut down. Should the unit turn off, set the on-off switch to the "off" position and then turn it on again.

DISPOSAL INSTRUCTIONS



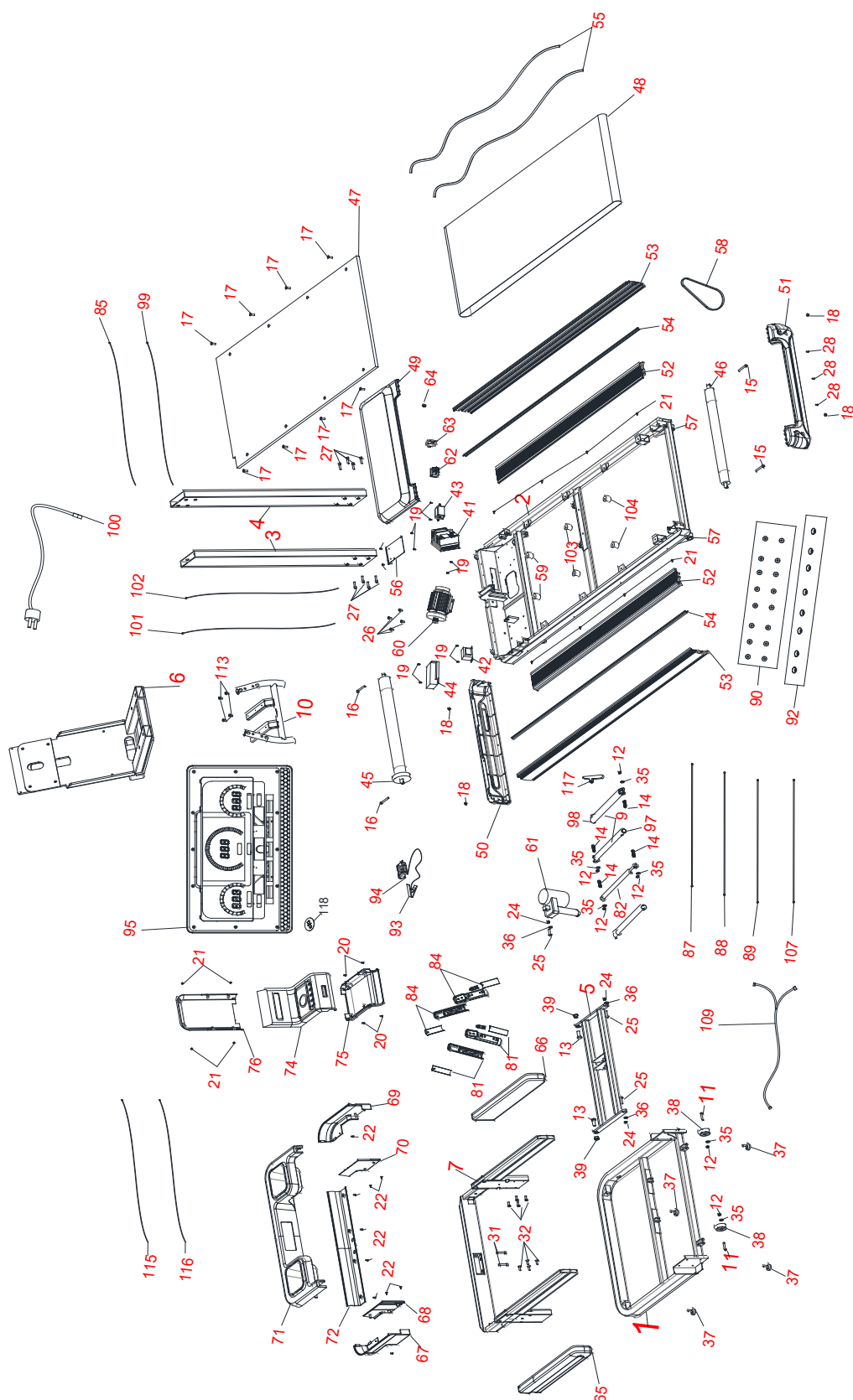
The packaging materials are recyclable. Please dispose of the packaging in an environmentally friendly manner.



Do not dispose of electrical equipment in household waste. According to European Directive 2011/65/EC on waste electrical and electronic equipment and its transposition into national law, the following must be disposed of

used electrical equipment must be collected separately and recycled in an environmentally friendly manner. If the products contain batteries or rechargeable batteries that are not permanently installed, these must be removed before disposal and disposed of separately as batteries.

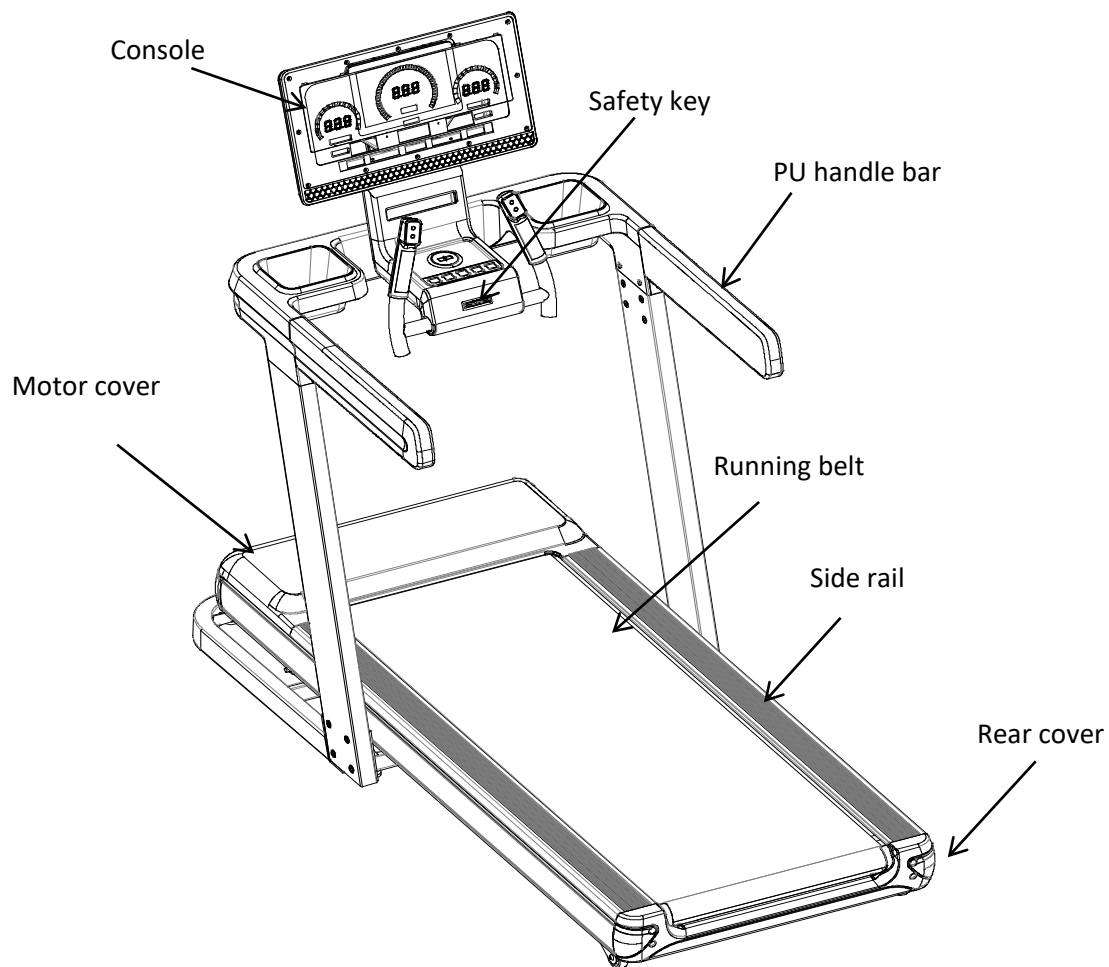
EXPLODED VIEW



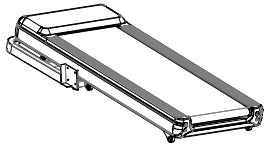
LISTA DELLE PARTI

1	Base frame	1	56	Fix plate for filter and inductance	1
2	Main frame	1	57	Rear wheel	2
3	Left upright post	1	58	Motor belt	1
4	Right upright post	1	59	Cylindrical cushion	6
5	Incline frame	1	60	AC Motor	1
6	Monitor frame	1	61	Incline motor	1
7	Monitor tray frame	1	62	Switch	1
9	Ezfit linking parts	1	63	Fuse	1
10	Pulse handle bar	1	64	Power cable buckle	1
11	Hexagon large flat head half-thread bolt M8×50×20	2	65	Left PU handle bar	1
12	hexagon lock nut M8	12	66	Right PU handle bar	1
13	Hexagon head half-thread bolt M12×Φ14×35×19	2	67	Left outside lateral cover of handle bar	1
14	Hexagon large flat head half thread bolt M8×35×20	4	68	Left inside lateral cover of handle bar	1
15	Hexagon cylindrical head full tread bolt M8×75	2	69	Right outside lateral cover of handle bar	1
16	Hexagon cylindrical head full tread bolt M8×60	1	70	Right inside lateral cover of handle bar	1
17	Hexagon countersunk head full thread bolt M6×25	10	71	Upper monitor tray	1
18	Cross recessed large flat head full thread bolt M5×10	4	72	Bottom monitor tray	1
19	Cross recessed large flat head full thread bolt M4×10	10	74	Central part upper cover of monitor tray	1
20	Cross recessed countersunk head tapping screw ST4×15	18	75	Central part bottom cover of monitor tray	1
21	Cross recessed large flat head tapping screw ST4×16	10	76	Rear cover of monitor connection neck	1
22	Cross recessed countersunk head tapping screw ST3×10	2	81	Incline handle pulse	1
23	Hexagon large flat head half-thread bolt M8×40×20	2	82	Cylinder	1
24	hexagon lock nut M8	3	84	Speed handle pulse	1
25	Hexagon large flat head half-thread bolt M10×65×20	1	85	Upright post communication	2
26	Hexagon large flat head full-thread bolt M8×25	4	87	Power communication wire	1
27	Hexagon cylindrical head full thread bolt M8×35	8	88	Power communication wire	1
28	Cross recessed large flat head tapping screw ST4×10	14	89	Power communication wire	1
29	Cross recessed large flat head tapping screw ST4×12	24	90	Round guide block for side rail	16
30	Hexagon pan head full thread bolt M6×25	4	91	Power cable buckle	3
31	Hexagon cylindrical head full thread bolt M8×45	2	92	Plastic flat washer	8
32	Hexagon countersunk head full thread bolt M8×25	8	93	Safety key	1
34	Hexagon large flat head half-thread bolt M10×35×20	3	94	Safety key base	1
35	Flat washer Φ8	14	95	Monitor	1
36	Flat washer Φ10	4	97	Internal expansion tube	1
37	Feet pad	4	98	External expansion tube	1
38	Front wheel	2	99	Bottom communication wire for LED light line	1
39	Powder metallurgy sleeve	2	100	Power cable	1
41	Inverter	1	101	Communication wire for monitor	1
42	Inductance	1	102	Upper communication wire for LED light line	1
43	Filter	1	103	Cylindrical cushion 2	2
44	Power adaptor	1	104	Cylindrical cushion 3	2
45	Front roller	1	107	Power communication wire	1
46	Rear roller	1	109	Handle pulse wire	1
47	Running board	1	111	Monitor bracket	1
48	Running belt	1	112	Hexagon large flat head bolt M8×40	2
49	Motor cover	1	113	Hexagon large flat head full thread bolt M8×15	4
50	Front motor cover	1	114	Inner bracket of monitor	1
51	Rear cover	1	115	Main communication wire for button	1
52	Side rail	2	116	LED light line communication wire for button	1
53	Lateral side rail	2	117	foot pedal for cylinder	1
54	Cover of light line	2	118	Rubber washer for wireless charger	1
55	LED light line	2			

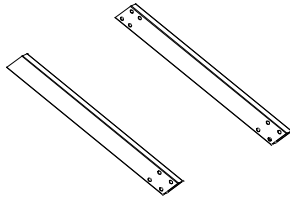
Product Introduction



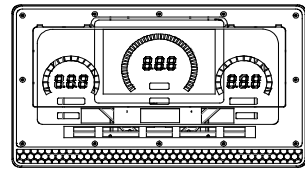
Packing List



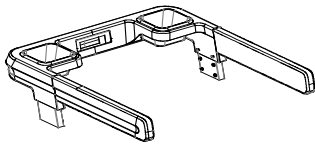
Running Board



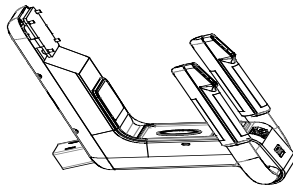
Upright Post (Left & Right)



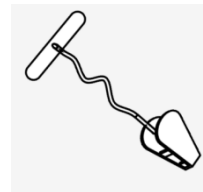
LED Console



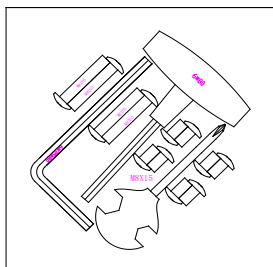
Console tray



Central handle bar



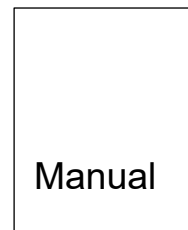
Safety key



Screw Bag

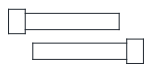


Silicon Bottle

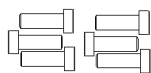


Manual

Hardware list



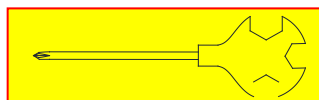
Hexagon cylindrical
head full thread bolts
M8×45 x2 pcs



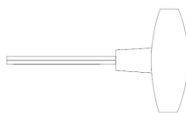
Hexagon cylindrical head full
thread bolts M8×35 x6 pcs



Hexagon countersunk head
full tooth bolt M8×25 x8pcs



Cross wrench
14*17*75*1pc

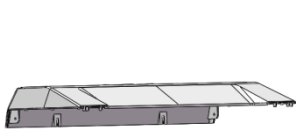


T shape wrench
6*80*1pc

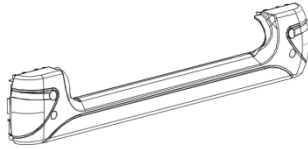


L shape wrench
5*30*80s*1pc

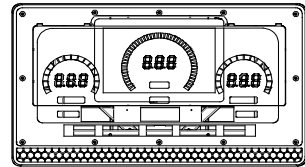
Main Parts



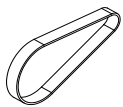
Motor Cover



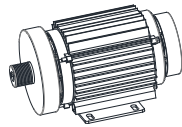
Rear Cover



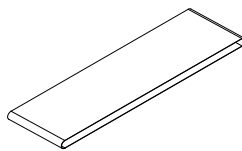
Monitor



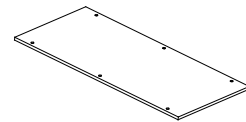
Motor belt



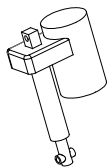
Motor



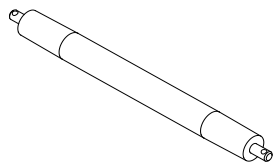
Running Belt



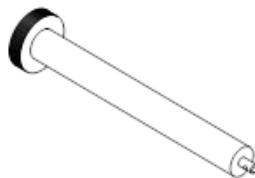
Running Board



Incline Motor



Rear Roller



Front Roller

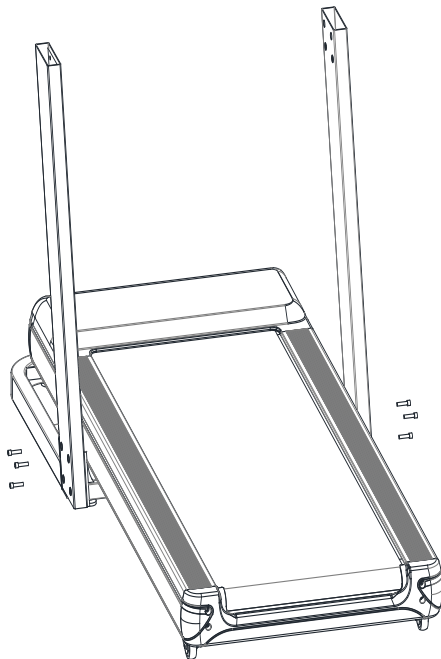


Side rial

ASSEMBLY INSTRUCTIONS

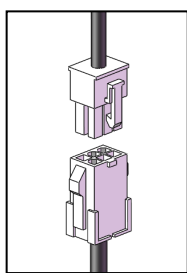
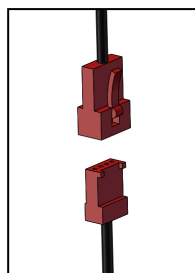
Step 1

Take out the machine from box and put it on the flat floor. Lift up the stand post and fix them well with 6pcs of M8X35 screws.



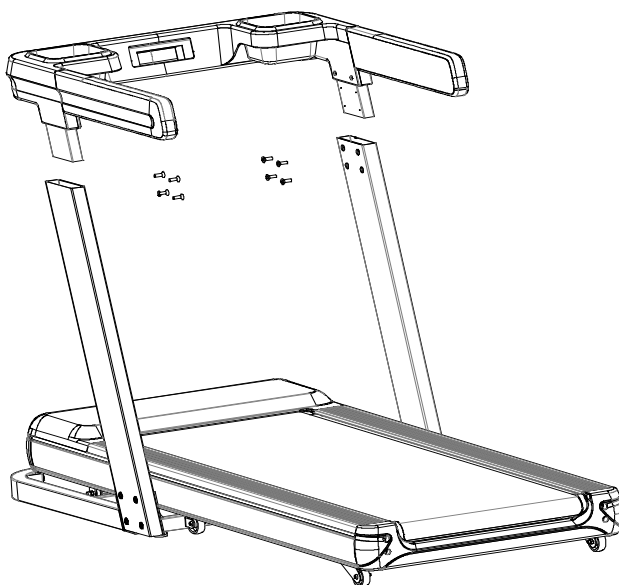
Step 2

Connect the signal wire in the right upright post and monitor tray as below picture. Assemble the monitor tray onto upright post and fix them with 8pcs of screw M8x25.



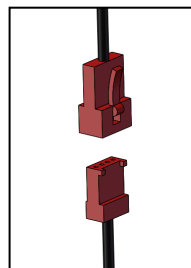
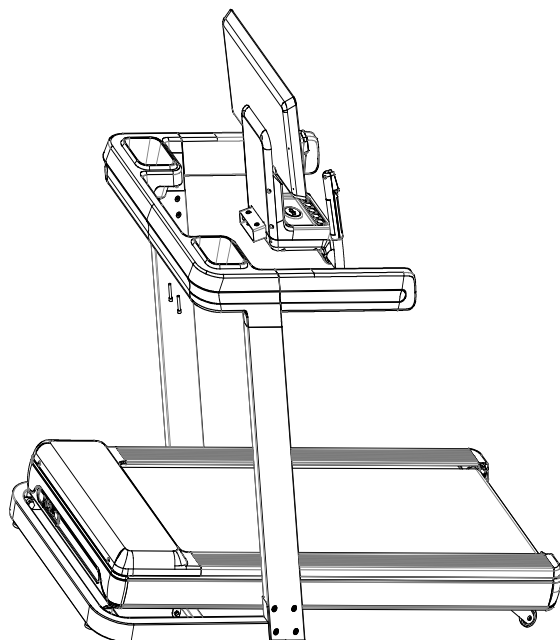
Wire of LED
light line

Main wire

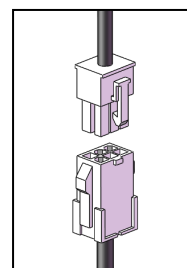


Step 3

Connect the signal wire in the monitor tray and monitor as below picture shown, then insert the monitor onto monitor tray and fix them with 2pcs of bolt M8*45. The assembly is finished.



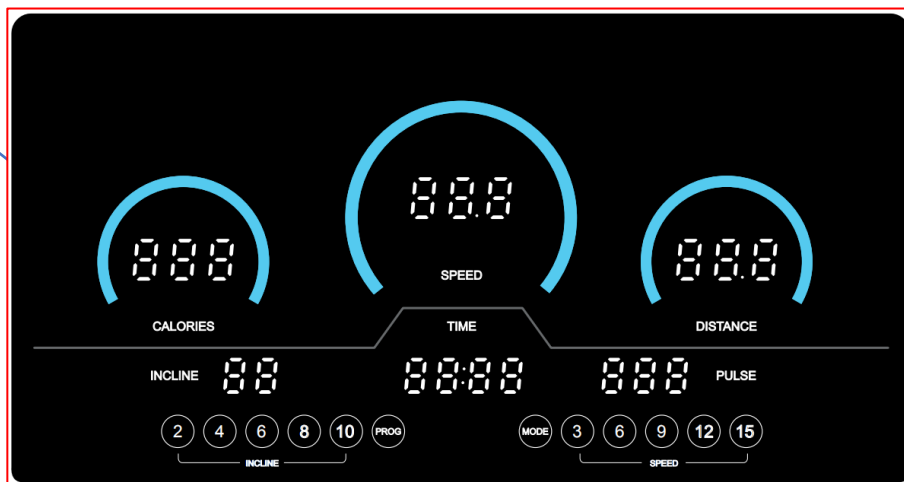
Wire of LED
light line



Main wire

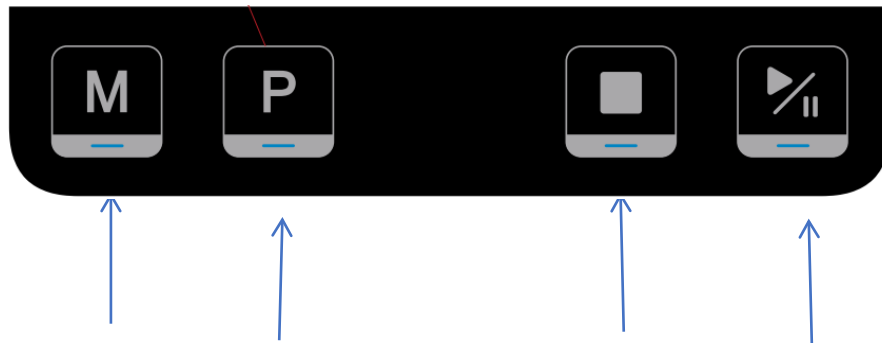
Console Function Intruction

LED window



Incline quick button

Speed quick button



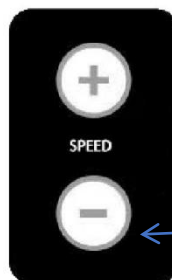
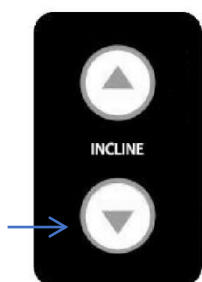
Mode button

Program button

Stop button

Sart button

Incline button



Speed button

LED window display instruction

1. CALORIES window: Display the value of heat.
2. SPEED window: Display speed value.
3. DISTANCE window: Display distance value.
4. INCLINE window: Display the value of the rise and the fall.
5. TIME window: Display time value.
6. PULSE window: Display the heart rate.

Monitor main functions:

1. P0 is manual program; P01-P36 are preset auto program; three User program, and BMI program;
2. LED display with 4 operation keys;
3. English and metric system conversion function of speed/distance;
4. Speed range:1.0~22.0KM/H, Incline range:0-15 levels
5. Overload, overcurrent protection, explosion-proof impact, anti-speed, anti-electromagnetic interference and other safety protection functions;
6. System self-check, abnormal information prompt function;
7. 3 custom functions;
8. ERP function;
9. Bluetooth App function(Optional)

Keyboard operation instruction

1. **PROG**: Program key. Under stop state, press PROG button to select program from P0~P36/ U01~U03/ HRC1~HRC3,BMI circularly .
2. **MODE**: Mode selection key. When the manual mode is selected, the initial state is normal. Press the MODE key to select three countdown operation modes: *Time countdown mode -> Calorie countdown mode -> Distance countdown mode -> Normal*. Any program of P1~P36 is reset key of the countdown default value 30minutes.
3. **START**: START/PAUSE key. When the treadmill is under stop state, press the key to start. On the contrary, when the treadmill is under running state, press the key to pause.
4. **STOP**: STOP key. When the treadmill is under running state, press the key to stop slowly. When the monitor display ERR message, press it to clean error message.
5. **Speed +/-**: Increase/decrease key. When it's under stop or under body fat testing state, it's used to increase/decrease the parameter setting. When it's under running state, it's used to increase/decrease the speed.
6.  / : Increase/decrease key for incline.

Conversion between kilometers and miles

- ◆ Take off safety key, and press PROGRAM and MODE key simultaneously for few seconds. If monitor display 0.6, it means conversion from km to e miles.
- ◆ Take off safety key, and press PROGRAM and MODE key simultaneously for few seconds, if **monitor** display 1.0, it means converting from miles to km.

Safety key function

The safety key consists of a tact switch, a clothes peg and a nylon cord, and has a safety feature for emergency stop.

1. In any state, the safety key is pulled off and the time window displays "E-07" with a buzzer sound. If the motor is running, the motor is stopped urgently and the console keypad ban to operate.
2. Each time the safety key is placed, the screen will be fully displayed for 2 seconds. Then enter the system default working state.

USER program:

USER has three USER1~USER3. In USER mode, users can access or set their own sports program, press "P" key to adjust to "USER1~USER3", then press "M" key to set or press START key to start sports. Press the "MODE" key to set the 10 sections of speed and ascension of your own program. After setting, the user press "START" to start the treadmill. The user's program will be saved and can be used directly next time.

Safety Usage Guide

1. Insert the power cord plug into the 10A power socket with safety ground and turn on the power switch. The console screen is fully displayed with a buzzer sound and identify the safety key.
2. Put the safety key in its position of the console and connect it with your cloth in front of your chest. It'll enter into default working state of the system after the screen fully displays for 2 seconds. The treadmill is under the positive timing mode of manual program P0. All counters are cleared and the set value is reset.
3. Press **PROG** button to select program P0~P36/ U01~U03/ HRC01~HRC03 and BMI circularly.
3.1 **P0** is custom program for user. Press **MODE** button to select four training modes circularly. Training speed and incline will be set by user. Default value of speed is 1.0KM/H and default value of incline is 0%.
 - ◆ **Training Mode 1 - Normal:** Time, distance and calories are all counted positively, disable setting function.
 - ◆ **Training Mode 2 - Time countdown:** Time window flashes under setting state. Press handlebar button +/- to modify the setting value. Time setting range is 5~99mins and default value is 30mins.
 - ◆ **Training Mode 3 - Calorie countdown:** Calorie window flashes under setting state. Press button +/- to modify the setting value. Calorie setting range is 20~9990cal and default value is 50cal.
 - ◆ **Training Mode 4 - Distance countdown:** Distance window flashes under setting state. Press button +/- to modify the setting value. Distance setting range is 1.0~99.0km and default value is 1.0km.

3.2 P1~P36 is system setting program and only available for the training under time countdown mode. Time window flashes under setting state. Press button **+/-** to modify setting value. Time setting range is 5-99mins and default value is 30mins.

4. After setting the training mode, press **START** button, the screen will display time countdown with 3s and accompanying 3 buzzer sounds. When it countdown to 1, the treadmill will start gently and slowly accelerate to the displayed speed. And then running with constant speed smoothly.

4.1 Under running state, press button **SPEED +/-** key to adjust the running speed.

4.2 In P1~P36, the speed and incline of each program will be divided into 10 segments. Time of each segment is divided equally in the setting time. Adjusted speed or incline is only effective within the current segment. There's 3 buzzer sounds 3s ahead of the conversion between the segments. The motor will stop automatically accompanying with a long alert tone after the program runs the whole 10 segments.

4.3 When the motor is under running state, press **START** button again, the motor will be switched between pause and running states. Restart it from pause state, recorded running data and progress remain unchanged.

5. When the motor is under running state, press **STOP** button, the motor will slowly decelerate till it stops smoothly, and all settings will return to the default state.

Under running state, press button **INCLINE**  key to adjust the incline level.

6. In any state, the motor will stop urgently when the safety key is pulled off and the time window displays "E-07" with a buzzer sound.

7. The electric control system is in safety monitoring at any time. The running treadmill will stop in an emergency when the abnormality is found. The screen will display the abnormal information and accompany with the alert tone.

8. Press "STOP" key can clear the error message when display window show any error code.

9. Body fat test method: Press the **P** key to select program BMI, and press the **MODE** key to select project number, and press button **+/-** to set parameters.

9.1 **F1** (sex): gender; Parameter range: 1~2. 1 indicates male and 2 indicates female. Default value: 1.

9.2 **F2** (Age): age; Value range: 1 to 99 years old. Default value: 25 years old.

9.3 **F3** (Height): indicates the height. Parameter range: 100 to 220cm. Default: 170cm.

9.4 **F4** (Weight): indicates body weight; value ranger: 20 to 150kg. Default value 70kg.

9.5 **F5** (BMI): indicates the completion of parameter setting and entering body fat testing state. Please hold both hands on the heart rate sensor on the left and right handles and wait for 4 seconds, the display window will display the body fate percentage (BMI) of the tested person. By Asian standards, body fat less than 18 is considered thin, between 18 and 24 is the ideal weight, between 25 and 28 is overweight, and over 29 is obese. Default: 24 (this data is for exercise purposes only).

ERP function

The system starts in ERP mode by default, when the monitor is under standby mode without any operation over 20minutes, the monitor will go to sleep mode to save power consumption (only identify whether the motor is running or not). Removing or putting the safety key can wake up the system.

HRC Program(Optional)

The default HRC is three groups. Limited speed of HRC1 is 9 km/h. Limited speed of HRC2 is 11 km/h. Limited speed of HRC3 is 13 km/h

1. Setting method/ sequence/ parameter range of HRC. Press the program key to display HRC. Entering to next setting by pressing the mode key to confirm. Press the speed key to adjust and complete the setting of the last parameters then can start.

- A) Age setting range : 15~80 years old, default 25 years old.
- B) Default THR (target heart rate) : $(220 - \text{age}) * 0.6$
- C) THR can be modified. Modify range: 80~180
- D) Time setting. Default 30 minutes. Modify range: 5~99 minutes

2. Relation of speed change.

- A) Change frequency. HRC detects heart rate every 30 seconds (Heart rate displays in the screen all the time)
- B) Speed increases by 2km/h when user's heart rate is 30 beats/min below the target heart rate.
- C) Speed increases by 1km/h when user's heart rate is 6~29 beats/min below the target heart rate.
- D) Speed decreases by 2km/h when user's heart rate is 30 beats/min above the target heart rate.
- E) Speed decreases by 1km/h when user's heart rate is 0~5 beats/min above the target heart rate.
- G) Speed remains the same When the user's heart rate is 0~5 beats/min below or above the target heart rate.

3. In the following situations, the speed of treadmill will slow down to the lowest within 20 seconds and stop after running at the lowest speed for 15 seconds with alarm sound every second.

- A) Every 30 seconds to detect a heart rate, when the two consecutive heart rate can not be detected.
- B) 1 km / h (0.6 mph), heart rate leads to deceleration.
- C) When the heart rate exceeds 220 - the setting age.

4. Deceleration should not be lower than 1 km/h (0.6 mph) when its speed is above 1km/h (0.6 mph). Such as: Treadmill with minimum speed of 1 km/h (0.6 mph), when it runs at 1.6 km/h (1.0 mph) and it'll slow down to 1 km/h (0.6 mph) when the heart rate causes a 1.0 (2.0) km/h deceleration.

5. Incline isn't controlled by the heart rate but by manual. The treadmill is not controlled by heartbeat for 1 minute before starting running, and only starts running according to the built-in formula after 1 minute of running.

Bluetooth function(Optional)

KINOMAP

Register and log in the Kinomap APP, click on the fitness equipment management pages, click "+" in the upper right corner to add new fitness equipment. Select My Treadmill and then choose brand "AnyRun". Click AnyRun treadmill on My Treadmill page, then select SW-7210EB-XXXX from the fitness equipment and click.

Zwift

Download, register and log in the Zwift APP, enter the setting page:

Under PAIRED DEVICES page, click RUN for treadmill; Then click POWER SOURCE, and there is pop-up menu, select the Bluetooth code, which is same as the code tagged on the equipment console, then select OK to be paired.

NOTE: Zwift remembers the devices used in the previous session and may attempt to pair to those devices if they are present and available. If you see devices paired that you

don't wish to use, you can simply deselect them and select the device you do wish to pair.

Connect to Bluetooth music

Turn on the Bluetooth of your phone. If it is the first time to connect to music Bluetooth, search for the Bluetooth device with the name Run Music in other devices and connect.



Automatic program P1-P36 metric speed/incline table :

SEG PROG		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SPEED	1.0	3.0	5.0	5.0	5.0	7.0	7.0	5.0	3.0	2.0
	INCLINE	2	2	8	6	6	4	4	6	2	2
P2	SPEED	2.0	3.0	5.0	8.0	5.0	5.0	6.0	8.0	4.0	3.0
	INCLINE	3	3	2	2	8	8	4	4	4	4
P3	SPEED	2.0	3.0	7.0	8.0	5.0	5.0	5.0	8.0	4.0	3.0
	INCLINE	1	2	5	7	7	4	4	6	2	2
P4	SPEED	2.0	2.0	5.0	8.0	8.0	8.0	8.0	5.0	3.0	2.0
	INCLINE	3	3	9	9	9	9	9	6	2	2
P5	SPEED	3.0	4.0	8.0	9.0	10.0	10.0	10.0	7.0	4.0	3.0
	INCLINE	2	2	8	6	6	6	6	6	1	1
P6	SPEED	3.0	4.0	6.0	7.0	7.0	7.0	9.0	10.0	5.0	3.0
	INCLINE	1	8	8	7	7	7	7	5	3	1
P7	SPEED	3.0	4.0	4.0	10.0	4.0	9.0	4.0	11.0	3.0	2.0
	INCLINE	1	1	6	6	6	8	8	10	6	2
P8	SPEED	3.0	5.0	7.0	9.0	3.0	5.0	7.0	5.0	11.0	5.0
	INCLINE	3	3	3	7	7	3	3	3	5	5

P9	SPEED	3.0	7.0	10.0	4.0	7.0	11.0	5.0	4.0	12.0	6.0
	INCLINE	3	6	7	3	8	8	3	8	4	4
P10	SPEED	3.0	5.0	9.0	10.0	6.0	6.0	9.0	6.0	11.0	3.0
	INCLINE	2	7	5	5	8	8	8	8	4	4
P11	SPEED	4.0	5.0	11.0	9.0	6.0	8.0	9.0	11.0	6.0	5.0
	INCLINE	1	6	3	3	7	7	4	4	6	6
P12	SPEED	4.0	6.0	10.0	10.0	10.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	3	8	9	5	5	8	8	4	4	4
P13	SPEED	2.0	4.0	6.0	6.0	6.0	8.0	8.0	6.0	4.0	3.0
	INCLINE	3	3	9	7	7	5	5	7	3	3
P14	SPEED	3.0	4.0	6.0	9.0	6.0	6.0	7.0	9.0	5.0	4.0
	INCLINE	4	4	3	3	9	9	5	5	5	5
P15	SPEED	3.0	4.0	8.0	9.0	6.0	6.0	6.0	9.0	5.0	4.0
	INCLINE	2	3	6	8	8	5	5	7	3	3
P16	SPEED	3.0	3.0	6.0	9.0	9.0	9.0	9.0	6.0	4.0	3.0
	INCLINE	4	4	10	10	10	10	10	7	3	3
P17	SPEED	4.0	5.0	9.0	10.0	11.0	11.0	11.0	8.0	5.0	4.0
	INCLINE	3	3	9	7	7	7	7	7	2	2
P18	SPEED	4.0	5.0	7.0	8.0	8.0	8.0	10.0	11.0	6.0	4.0
	INCLINE	2	9	9	8	8	8	8	6	4	2
P19	SPEED	4.0	5.0	5.0	11.0	5.0	10.0	5.0	12.0	4.0	3.0
	INCLINE	2.0	2	7	7	7	9	9	11	7	3
P20	SPEED	4.0	6.0	8.0	10.0	4.0	6.0	8.0	6.0	12.0	6.0
	INCLINE	4	4	4	8	8	4	4	4	6	6
P21	SPEED	4.0	8.0	11.0	5.0	8.0	12.0	6.0	5.0	12.0	7.0
	INCLINE	4	7	8	4	9	9	4	9	5	5
P22	SPEED	4.0	6.0	10.0	11.0	7.0	7.0	10.0	7.0	12.0	4.0
	INCLINE	3	8	6	6	9	9	9	9	5	5
P23	SPEED	5.0	6.0	12.0	10.0	7.0	9.0	10.0	12.0	7.0	6.0
	INCLINE	2	7	4	4	8	8	5	5	7	7
P24	SPEED	5.0	7.0	11.0	11.0	11.0	8.0	8.0	11.0	7.0	6.0
	INCLINE	4	9	10	6	6	9	9	5	5	5
P25	SPEED	3.0	5.0	7.0	7.0	7.0	9.0	9.0	7.0	5.0	4.0
	INCLINE	4	4	10	8	8	6	6	8	4	4
P26	SPEED	4.0	5.0	7.0	10.0	7.0	7.0	8.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	5	5	4	4	10	10	6	6	6	6
P27	SPEED	4.0	5.0	9.0	10.0	7.0	7.0	7.0	10.0	6.0	5.0
	INCLINE	3	4	7	9	9	6	6	8	4	4

P28	SPEED	4.0	4.0	7.0	10.0	10.0	10.0	10.0	7.0	5.0	4.0
	INCLINE	5	5	10	10	10	10	10	8	4	4
P29	SPEED	5.0	6.0	10.0	11.0	12.0	12.0	12.0	9.0	6.0	5.0
	INCLINE	4	4	10	8	8	8	8	8	3	3
P30	SPEED	5.0	6.0	8.0	9.0	9.0	9.0	11.0	12.0	7.0	5.0
	INCLINE	3	10	10	9	9	9	9	7	5	3
P31	SPEED	5.0	6.0	6.0	12.0	6.0	11.0	6.0	12.0	5.0	4.0
	INCLINE	3	3	8	8	8	10	10	10	8	4
P32	SPEED	5.0	7.0	9.0	11.0	5.0	7.0	9.0	7.0	12.0	7.0
	INCLINE	5	5	5	9	9	5	5	5	7	7
P33	SPEED	5.0	9.0	12.0	6.0	9.0	12.0	7.0	6.0	12.0	8.0
	INCLINE	5	8	9	5	10	10	5	10	6	6
P34	SPEED	5.0	7.0	11.0	12.0	8.0	8.0	11.0	8.0	12.0	5.0
	INCLINE	4	9	7	7	10	10	10	10	6	6
P35	SPEED	6.0	7.0	12.0	11.0	8.0	10.0	11.0	12.0	8.0	7.0
	INCLINE	3	8	5	5	9	9	6	6	8	8
P36	SPEED	6.0	8.0	12.0	12.0	12.0	9.0	9.0	12.0	8.0	7.0
	INCLINE	5	10	10	7	7	10	10	6	6	6

Common faults of electronic system and troubleshooting methods :

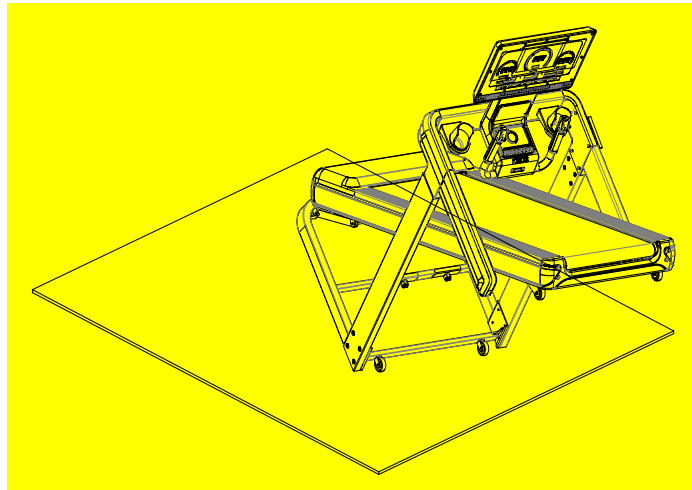
Item	Reason	Maintenance
System not working	A、Not plugged in or not turned on	Connect the power, or turn the power switch to the "NO" position
	B、Security key not in place	Put the safety key in the correct position
	C、No power to the controller or monitor	Replace the controller or monitor
		Check system input and output cable terminals and communication cables inside stand post
Sudden stop in normal state	A、Safety key off	Replace the safety key
	B、System abnormal	Please call after-sales service
Button failure	Button invalid	1. Replace the key board and the keyboard cable; 2. Replace the PCB board 3. Replace the console
E-01	A、defective communication line	Reconnect the communication cable and check if the terminal is connected well or replace the communication cable
	B、defective console	Replace the console
	C、defective controller	Replace the controller
E-02	A、Defective motor cable and motor	Replace the motor
	B、defective between motor cable and controller or defective controller	Check and connect cables well or replace the controller
E-03	A、The speed sensor is not installed correctly	Check and reconnect
	B、Defective speed sensor	Replace the speed sensor
	C、Dirty speed sensor or poor contact	Check and reconnect/clean the dust, grease on speed sensor
	D、defective controller	Replace the controller
E-05	A、Controller is damaged	Replace the controller
	B、damaged motor	Replace the motor
	C、mechanical failure	Check whether the silicon oil backside of running belt is dry or rollers was blocked
E-07	Console does not detect safety lock signal	1. Check whether the safety key is in correct position; 2. Reinstall the safety key sock; 3. Replace the console
No heart rate display	A、The handle pulse cables are not inserted properly or defective	Check and connect or replace the handle pulse cables
	B、Console cables are defective	Replace the console
The console shows incomplete or missing strokes	A、LED digital tube is defective	Replace the PCB board or monitor
	B、system error	Replace the monitor
Incline failure	A、Defective incline motor	Replace the incline motor
	B、defective controller	Replace the controller
	C、Controller signal is abnormal	Press the calibrate key on the controller to calibrate the incline value.

MOVING THE TREADMILL

Make sure all following points when moving the treadmill:

1. **Restore the incline to flat (0) position.**
2. **Unplug from power point.**
3. **Remove the power cord from power plug**

After lifting up the treadmill by grabbing the end of both handrails and stand up straight, user can move the treadmill forward or backforward slowly to the right place and lay the treadmill flat gently.



the

MAINTENANCE / SERVICING

Regular cleaning/maintenance increases the service life of your device.

Inspect your treadmill regularly and tighten loose parts if necessary. Replace worn parts immediately.

CLEANING

Warning: To prevent electric shocks, make sure that the power plug of the device is disconnected before you start cleaning.

Important: Do not use abrasives or solvents to clean your treadmill. To avoid damage to the computer, keep it away from any liquids and never expose it to direct sunlight.

After each workout: Wipe the computer console and other treadmill surfaces with a clean, damp, soft cloth to remove workout sweat.

Weekly: Dust and dirt from the environment gets under the treadmill. Therefore, vacuum around and under the treadmill weekly.

Semi-annually: The running engine sucks dust into the engine compartment and can clog the engine. Open the engine hood approx. every 6 months and carefully vacuum out the engine compartment and engine.

TREADMILL LUBRICATION

The running mat is prelubricated. We recommend that you check the lubrication of the running mat regularly to ensure optimum operation.

Check the lubrication of the running mat every 30-40 days: To do this, lift the sides of the treadmill and feel the surface of the running deck with your fingers. If you feel traces of silicone, lubrication is not necessary.

When the surface is dry, proceed as follows when lubricating:

1. apply silicone oil under the running mat by lifting it a few centimeters; repeat the process on the other side.
2. Switch on the device without ascending and let the running belt run at minimum speed for 5 minutes.



Use only silicone oil that does not contain petroleum components.

TENSIONING THE RUNNING MAT

If the running mat slips or you feel a faltering during individual steps, it is necessary to increase the tension.

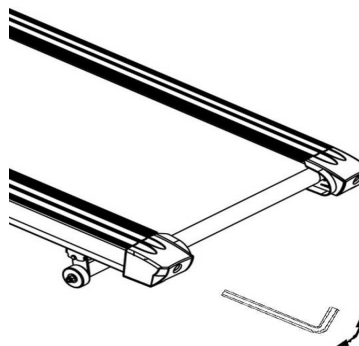
Turn the left rear screw 1/4 turn clockwise.

Repeat step 1 for the right side. Make sure you make the same number of revolutions so that the roller is aligned with the frame.

Repeat step 1 and step 2 until the running mat is taut enough to prevent it from slipping.

Be careful not to over-tension the running mat, as this can cause excessive pressure on the ball bearings.

To reduce the tension of the running mat, turn both screws counterclockwise and the same number of times.



CENTERING THE RUNNING MAT

The forces that occur during running can cause the running mat to shift slightly. This shift is normal and the belt will adjust itself if no one is standing on it. If it persists, manual intervention is required.

Run the treadmill without anyone running on it and increase the speed, up to about 6 km/h

1. Check if the tape has a tendency to the right or left.

If the running mat moves to the left, turn the left rear screw clockwise a ¼ turn at a time.

If the running mat moves to the right, turn the right rear screw clockwise a ¼ turn at a time.

If the tape is still not centered, repeat the above steps until the problem is corrected.

2. Once the tape is centered, increase the speed and check that the tape is running correctly in the center of the deck.

SICHERHEITSINWEISE

1. Lesen Sie das gesamte Handbuch sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät montieren oder in Betrieb nehmen.
2. Benutzen Sie das Gerät nur wie in der Anleitung beschrieben.
3. Prüfen Sie, ob alle Schrauben und Bolzen richtig angezogen sind, bevor Sie das Gerät benutzen.
4. Halten Sie die Hände von beweglichen Teilen fern.
5. Halten Sie Kinder und Haustiere von dem Gerät fern. Lassen Sie Kinder niemals alleine mit dem Gerät.
6. Überprüfen Sie vor dem Training, ob alle Teile des Geräts richtig zusammengesetzt sind.
7. Das Gerät darf jeweils nur von einer Person benutzt werden.
8. Montieren und betreiben Sie das Gerät auf einer festen, ebenen Fläche. Lassen Sie immer einen Meter freien Durchgang um das Gerät herum.
9. Verwenden Sie das Gerät nicht in der Nähe von Wasser oder im Freien.
10. Achten Sie darauf, dass **niemals Flüssigkeit** in das Gerät eindringt.
11. Halten Sie scharfe Gegenstände vom Gerät fern.
12. Benutzen Sie das Gerät niemals, wenn es nicht richtig funktioniert.
13. Versuchen Sie nicht, das Gerät selbst zu reparieren, ohne vorher unser Service-Center zu konsultieren.
14. Das Gerät ist nur für den Heimgebrauch vorgesehen und darf nicht im gewerblichen Bereich genutzt werden. Das Gerät entspricht der Norm **EN 957-1/6 HB** und ist nicht für den therapeutischen Einsatz geeignet.
15. Das Gerät ist nicht für Personen mit einem Körpergewicht von mehr als **160 kg** geeignet.

KUNDENDIENST: Bei Bruch, Beschädigung oder fehlenden Teilen wenden Sie sich bitte an unser Servicezentrum, um Originalersatzteile zu erhalten. In der Zwischenzeit darf das Gerät nicht benutzt werden.

SICHERHEITSHINWEISE FÜR DAS TRAINING

ACHTUNG Bevor Sie mit dem Training beginnen, konsultieren Sie Ihren Arzt. Dies ist besonders wichtig für Benutzer mit bestehenden gesundheitlichen Problemen.

1. Wärmen Sie sich vor Beginn des Trainings gut auf.
2. Stecken Sie den Sicherheitsschlüssel ein, befestigen Sie das andere Ende an Ihrer Kleidung. Wenn Sie den Motor schnell stoppen müssen, ziehen Sie einfach am Seil des Sicherheitsschlüssels sodass er sich von der Konsole löst, die Matte stoppt dann sofort. Um das Training fortzusetzen, stecken Sie den Sicherheitsschlüssel wieder in die Konsole.
3. Wenn das Seil beschädigt ist, wenden Sie sich bitte an unser Servicecenter.
4. Ziehen Sie den Sicherheitsschlüssel ab und bewahren Sie ihn an einem sicheren Ort auf, wenn das Gerät nicht benutzt wird. Bewahren Sie den Sicherheitsschlüssel außerhalb der Reichweite von Kindern auf.
5. Tragen Sie beim Training immer geeignete Kleidung, die sich nicht in den Geräten verfangen kann. Benutzen Sie das Gerät nicht barfuß, sondern tragen Sie immer Turnschuhe. Tragen Sie keine ungebundenen Schuhe, mit frei hängenden Schnürsenkeln und keine Schuhe mit Ledersohlen.
6. Halten Sie alle hängenden Kleidungsstücke und Handtücher vom laufenden Band fern. Sollte ein Gegenstand stecken bleiben, schalten Sie das Gerät sofort aus.

7. Seien Sie vorsichtig, wenn Sie das Training beginnen oder beenden. Benutzen Sie, wann immer möglich, den Handlauf. Halten Sie sich am Handlauf fest, wenn Sie mit einer sehr niedrigen Geschwindigkeit laufen. Steigen Sie nicht vom Laufband ab, während es läuft.
8. Stellen Sie beide Füße auf die Seitenabdeckungen, starten Sie das Laufband und treten Sie erst, wenn das Laufband mit geringer, aber konstanter Geschwindigkeit läuft.
9. Versuchen Sie nicht, sich umzudrehen, während Sie auf dem Laufband stehen und es läuft. Halten Sie Ihr Gesicht und Ihre Hände immer nach vorne gerichtet.
10. Bedienen Sie das Gerät niemals, wenn sich jemand darauf befindet.
11. Schwingen oder springen Sie nicht auf dem Laufband.
12. Bei Übelkeit, Schwindel, Schmerzen oder anderen ungewöhnlichen körperlichen Symptomen das Training sofort abbrechen und einen Arzt aufsuchen.
13. Behinderte Personen dürfen das Gerät nur in Anwesenheit von qualifiziertem Personal oder ihres Arztes benutzen.
14. Kinder sollten das Gerät nur im Beisein eines Erwachsenen benutzen.
15. Bei Unwohlsein, Übelkeit, Schmerzen in der Brust oder anderen abnormen Symptomen ist das Training sofort abzubrechen und ein Arzt aufzusuchen.
16. Die Herzfrequenzwerte sind nur als Referenz anzusehen und nicht gleichzusetzen mit medizinischen Daten.

ELEKTRISCHE SICHERHEIT

Dieses Gerät ist für eine Spannung von 220V $\pm$ 5% ausgelegt. Verwenden Sie keine Verlängerungskabel, sondern schließen Sie das Netzkabel direkt an die Steckdose an.

WICHTIG: Das mit dem Laufband gelieferte Netzkabel darf nicht verändert werden. Wenn Sie es nicht einstecken können, verwenden Sie eine geeignete Steckdose, die von einem qualifizierten Techniker installiert wurde.

ÜBERSPANNUNG: Dieses Gerät ist mit einem Überspannungsschutz ausgestattet. Im Falle eines Stromstoßes schaltet sich das Gerät automatisch ab. Sollte sich das Gerät ausschalten, stellen Sie den Ein-Aus-Schalter auf die Position "Aus" und schalten es dann wieder ein.

ENTSORGUNGSHINWEISE

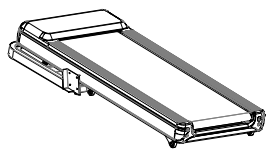


Die Verpackungsmaterialien sind recyclebar. Bitte die Verpackungen umweltgerecht entsorgen.

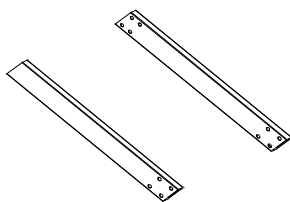


Werfen Sie Elektrogeräte nicht in den Hausmüll. Gemäß europäischer Richtlinie 2002/96/EG über Elektro- und Elektroaltgeräte und deren Umsetzung in nationales Recht, müssen verbrauchte Elektrogeräte getrennt gesammelt und einer umweltgerechten Wiederverwertung zugeführt werden. Enthalten die Produkte Batterien oder Akkus, die nicht fest verbaut sind, müssen diese vor der Entsorgung entnommen und getrennt als Sondermüll entsorgt werden.

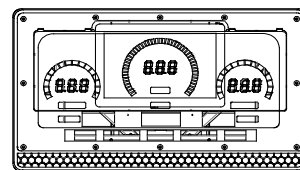
LIEFERUMFANG, EINZELTEILE UND WERKZEUGE



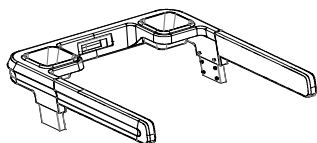
Lauffläche



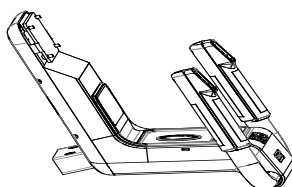
Frontstützen



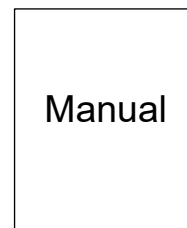
Display



Konsole

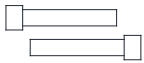
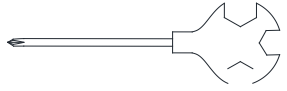
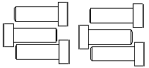
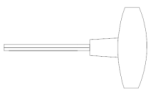
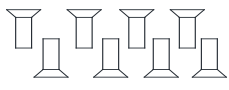


Pulsmessung



Handbuch

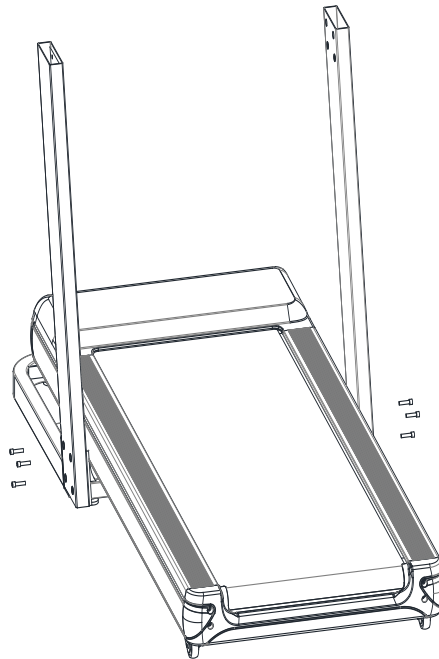
HARDWARE-PACK

Beschreibung	Menge	Beschreibung	Menge
Sechskantschraube M8 x 45 	2	 Kreuzschlüssel 14x17x75x1	1
Sechskantschraube M8 x 35 	6	Inbusschlüssel 6x80x1 	1
Sechskant Senkkopfschraube M8 x 25 	8	Kreuzschlitz Schlüssel 5x30x80 	1
Sicherheitsschlüssel 	1	Slikonöl 	1

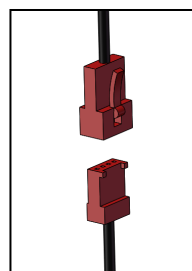
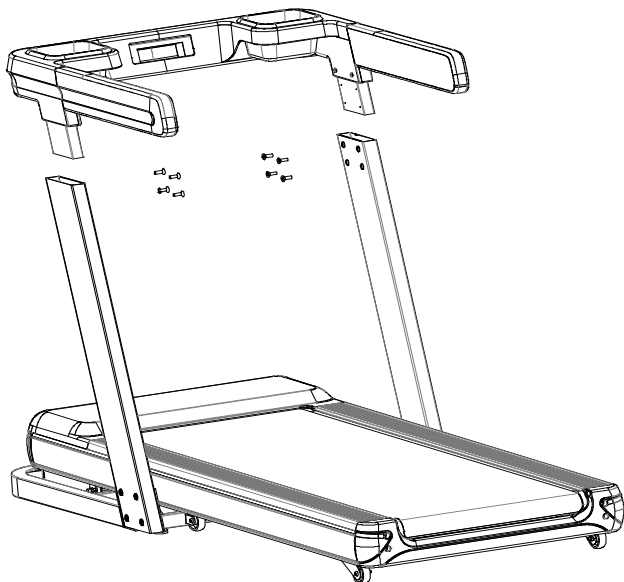
AUFBAUANLEITUNG

Bevor Sie anfangen das Gerät aufzubauen, überprüfen Sie bitte, dass alle angegebenen Teile vorhanden sind. Manche der Aufbauschritte verlangen schweres Heben. Es wird empfohlen, dass Sie sich beim Aufbau dieses Produkts von einer anderen Person unterstützen lassen.

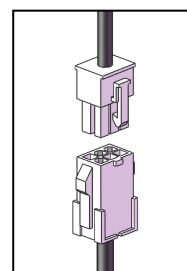
SCHRITT 1: Nehmen Sie das Gerät aus dem Karton und stellen Sie es auf einen ebenen Untergrund. Befestigen Sie dann die beiden Stützen mit den M8x35 Schrauben (6 Stück)



SCHRITT 2: Schließen Sie das Signalkabel wie in der folgenden Abbildung gezeigt an der rechten Stütze und die Monitorhalterung an. Montieren Sie die Monitorhalterung an den Stützen und befestigen Sie sie mit den Schrauben M8x25 (8 Stück).

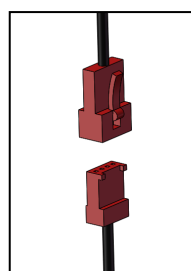
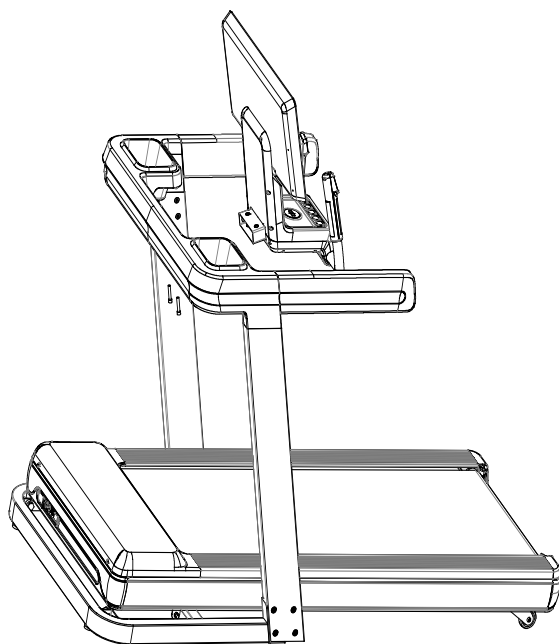


Kabel LCD Panel

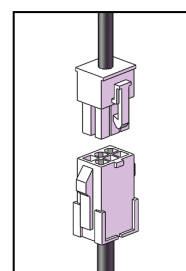


Hauptkabel

SCHRITT 3: Verbinden Sie die Signalkabel wie in der Abbildung unten gezeigt zwischen der Konsole und dem Monitor. Setzen Sie dann den Monitor auf die Konsole und befestigen Sie sie mit den Schrauben M8x45 (2 Stück).



Kabel LCD Panel

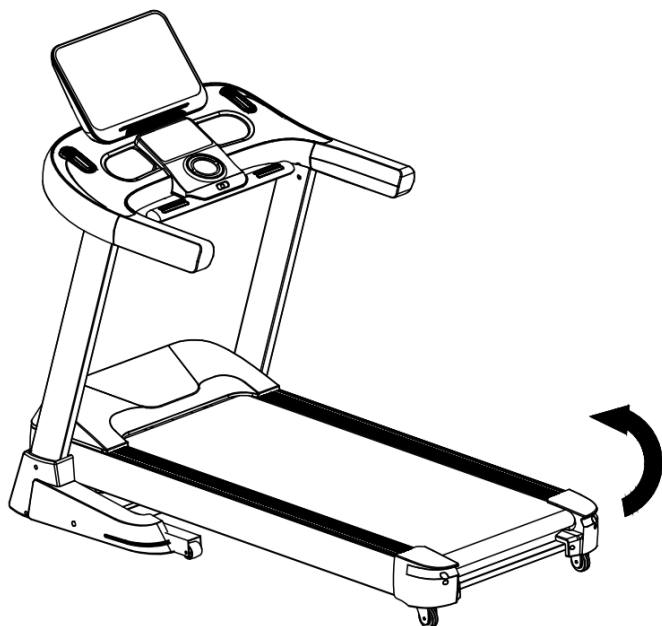


Hauptkabel

ACHTUNG

Stellen Sie sicher, dass alle Schrauben festgezogen sind, bevor Sie mit dem Training beginnen.

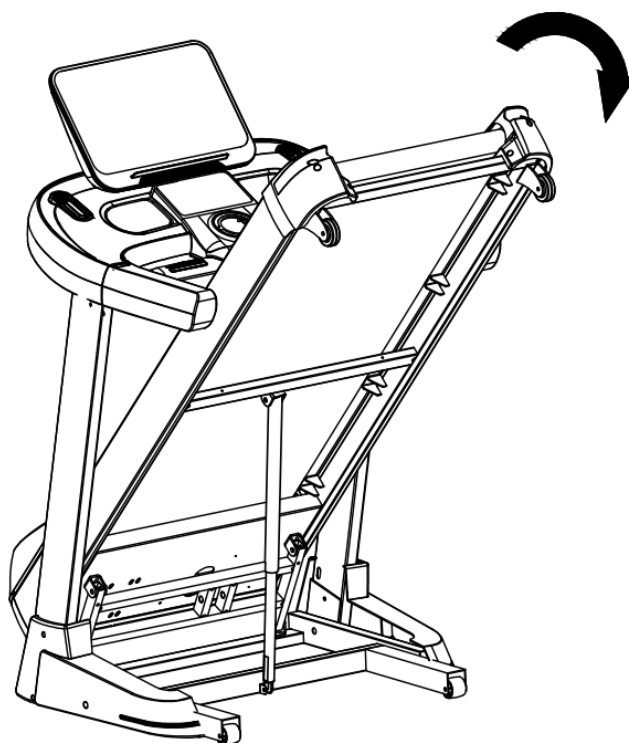
HOCHKLAPPEN



Heben Sie die Lauffläche an und ziehen Sie es mit Kraft nach oben, bis Sie ein "Klicken" hören und Sie spüren, dass der Sicherheitsmechanismus eingerastet ist.

ENTRIEGELN

Drücken Sie die Lauffläche leicht nach oben und treten Sie mit dem Fuß leicht gegen die Sicherheitsmanschette. Ziehen Sie das Deck jetzt leicht in Pfeilrichtung nach unten. Danach senkt sich das Laufdeck sanft nach unten.

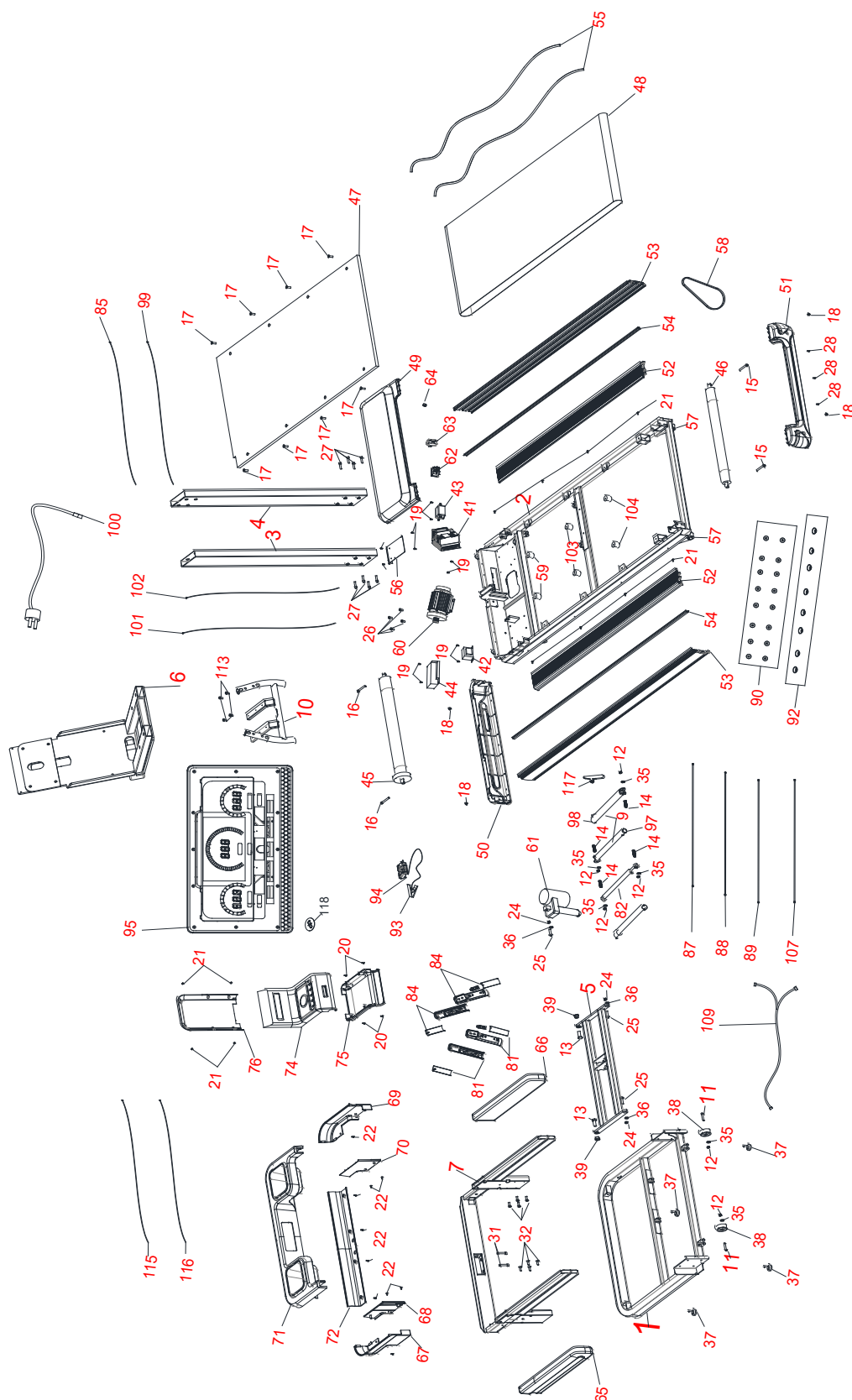


ERSATZTEILLISTE

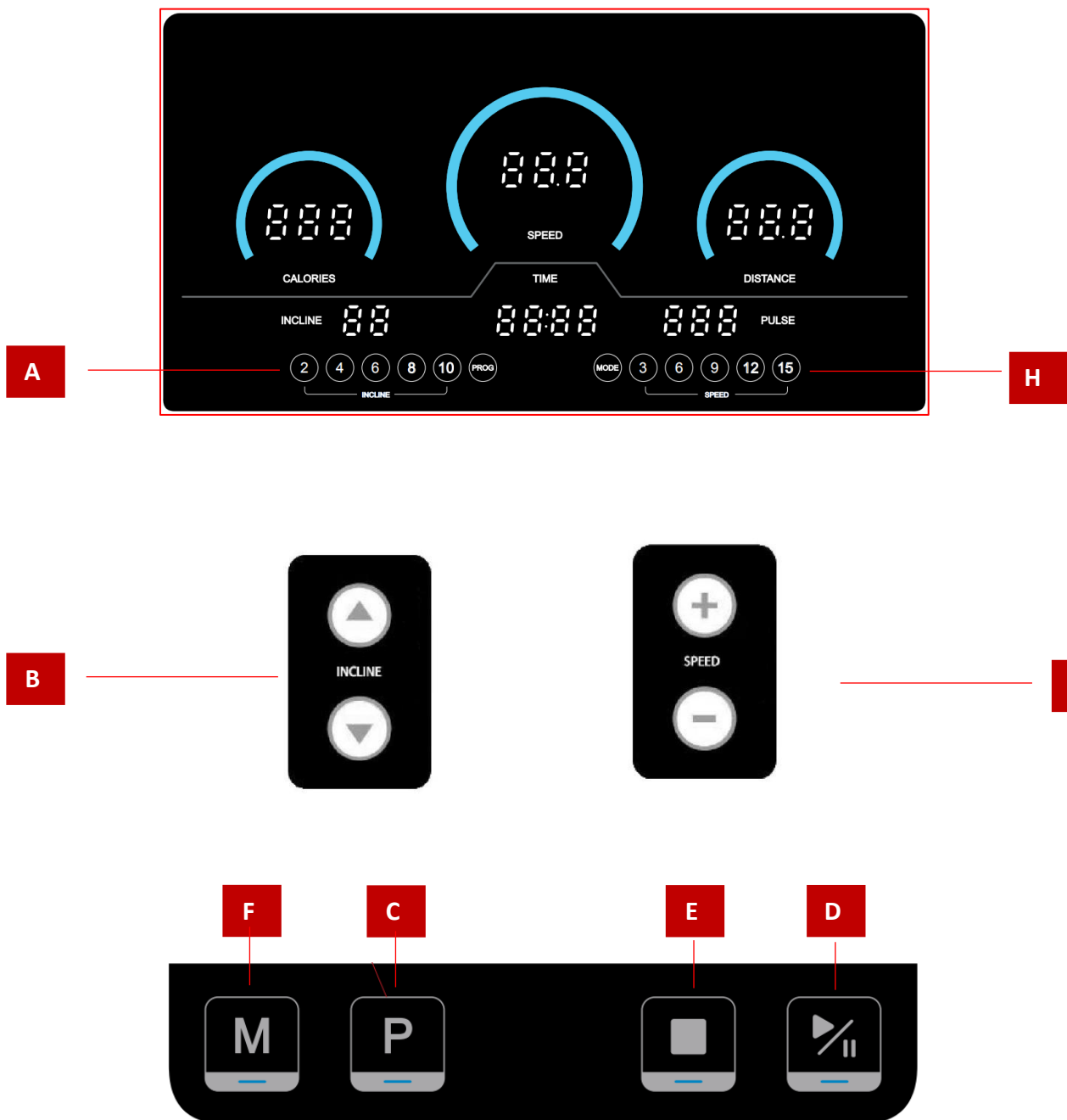
Nr.	Bezeichnung	Stück	Nr.	Bezeichnung	Stück
1	Grundrahmen	1	56	Befestigung für Filter und Stromanschluss	1
2	Hauptrahmen	1	57	Hintere Rolle	2
3	Frontstütze (L)	1	58	Antriebsriemen	1
4	Frontstütze (R)	1	59	Dämpfer	6
5	Neigungswinkelrahmen	1	60	AC Motor	1
6	Displayhalterung	1	61	Neigungswinkel Motor	1
7	Konsolenrahmen	1	62	Schalter	1
9	EzFit Verbindung	2	63	Sicherung	1
10	Handpulssensoren	1	64	Stromkabel Klemme	1
11	Sechskant-Halbgewindeschraube mit großem flachem Kopf M8×50×20	2	65	Gummi Griff (L)	1
12	Sicherungsmutter M8	12	66	Gummi Griff (R)	1
13	Halbgewindeschraube M12×14×35×19	2	67	Äußere Griffabdeckung (L)	1
14	Halbgewindeschraube mit großem Flachkopf M8×35×20	4	68	Innere Griffabdeckung (L)	1
15	Vollgewindeschraube mit zylindrischem Kopf M8×75	2	69	Äußere Griffabdeckung (R)	1
16	Vollgewindeschraube mit zylindrischem Kopf M8×60	1	70	Innere Griffabdeckung (R)	1
17	Vollgewindeschraube mit Senkkopf M6×25	10	71	Obere Konsolenabdeckung	1
18	Vollgewindeschraube mit großem Flachkopf M5×10	4	72	Untere Konsolenabdeckung	1
19	Vollgewindeschraube mit großem Flachkopf M4×10	10	74	Vordere Konsolenabdeckung oben	1
20	Kreuzschlitz-Blechschaube mit Senkkopf ST4×15	18	75	Vordere Konsolenabdeckung unten	1
21	Kreuzschlitz-Blechschaube mit großem flachem Kopf ST4×16	10	76	Hintere Monitor Abdeckung	1
22	Kreuzschlitz-Blechschaube mit Senkkopf ST3×10	2	81	Neigungswinkel / Pulssensor	1
23	Halbgewindeschraube mit großem flachem Kopf M8×40×20	2	82	Zylinder	1
24	Sicherungsmutter M8	3	84	Geschwindigkeit / Pulssensoren	1
25	Halbgewindeschraube mit großem flachem Kopf M10×65×20	1	85	Kabel Frontstütze	2
26	Vollgewindeschraube mit großem flachem Kopf M8×25	4	87	Stromkabel	1
27	Vollgewindeschraube mit zylindrischem Kopf M8×35	8	88	Stromkabel	1
28	Kreuzschlitz-Blechschaube mit großem flachem Kopf ST4×10	14	89	Stromkabel	1
29	Kreuzschlitz-Blechschaube mit großem flachem Kopf ST4×12	24	90	Halter Seitenschiene	16
30	Flachkopf-Vollgewindeschraube M6×25	4	91	Kabelklemme	3
31	Vollgewindeschraube M8×45	2	92	Kunststoff Beilegscheiben	8

32	Vollgewindeschraube M8x25	8	93	Sicherheitsschlüssel	1
34	Halbgewindeschraube M10x35x20	3	94	Sicherheitsschlüssel Auflagefläche	1
35	Unterlegscheibe Ø8	14	95	Monitor	1
36	Unterlegscheibe Ø10	4	97	Innere Zylinderabdeckung	1
37	Gummi-Füsse	4	98	Äußerer Zylinderabdeckung	1
38	Vordere Rolle	2	99	Unteres Stromkabel LED	1
39	Sinter-Hülse	2	100	Stromkabel	1
41	Wechselrichter	1	101	Stromkabel Monitor	1
42	Induktorspule	1	102	Oberes Kabel LED	1
43	Filter	1	103	Dämpfer 2	2
44	Netzteil	1	104	Dämpfer 3	2
45	Vordere Umlenkrolle	1	107	Verbindungskabel	1
46	Hintere Umlenkrolle	1	109	Handpuls-kabel	1
47	Laufdeck	1	111	Monitor Halterung	1
48	Laufgurt	1	112	Flachkopfschraube M8x40	2
49	Motorabdeckung	1	113	Vollgewindeschraube M8x15	4
50	Vordere Motorabdeckung	1	114	Innere Monitorhalterung	1
51	Hintere Abdeckung	1	115	Stromkabel Knöpfe	1
52	Seitenschiene	2	116	Kabel für Knopf LED	1
53	Seitliche Abdeckung	2	117	Zylinderarretierung	1
54	LED Band	2	118	Gummi Beilegscheibe für Ladegerät	1
55	LED-Streifen	2			

EXPLOSIONSZEICHNUNG



COMPUTERBEDIENUNG



TASTENFUNKTIONEN

- A.** Neigungswinkel Direktwahltasten
- B.** Mit der INCLINE "+" und "-" – Tasten können Sie den Neigungswinkel des Laufbandes erhöhen/verringern
- C.** Mit der "PROG" – Taste können Sie vor Beginn des Trainings das gewünschte Programm auswählen
- D.** Mit der "START"-Taste beginnt das Laufband zu laufen
- E.** Mit der "STOP"-Taste können Sie das Training Laufband anhalten
- F.** Mit der "MODE"-Taste können Sie die manuellen Programme auswählen
- G.** Mit der SPEED "+" und "-" – Taste können Sie die Geschwindigkeit erhöhen/verringern
- H.** Geschwindigkeits-Direktwahltasten

ANZEIGEN

TIME		5:00 – 99:00 min
SPEED		1.0 - 22 km/h
DISTANCE		1.00 – 99.00 km
CALORIES		20 – 9990 kcal
PULSE		0 – 220 BPM
INCLINE		0-15

Computerbedienung „Manuelles Programm“

1. Stecken Sie das Netzkabel ein
2. Schalten Sie das Laufband ein
3. Setzen Sie den Sicherheitsschlüssel auf die dafür vorgesehene Stelle am Computer.
4. Drücken Sie Start. Ein Countdown läuft 3-2-1, dann startet das Laufband.
5. Mit den SPEED +/- - Tasten können Sie die Geschwindigkeit verändern.
6. Umstellung von Meilen auf Kilometer: Drücken Sie die Mode und Prog Taste gleichzeitig bis auf dem Display 0.6 angezeigt wird
7. Umstellung von Kilometer auf Meilen: Ziehen Sie den Sicherheitsschlüssel ab und Drücken Sie die „Mode“- und „Prog“-Taste gleichzeitig für einige Sekunden. Wird im Display 0.6 angezeigt, springt die Anzeige auf Meilen, wird 1.0 angezeigt, springt die Anzeige auf Km.

Sollten Sie im Manuellen Programm Vorgaben wie Zeit, Entfernung, Kalorien machen wollen, können Sie Voreinstellungen vor dem Start vornehmen. Drücken Sie die MODE –Taste um in die jeweiligen Anzeigen zu springen:

- **Zeit:** Die Trainingszeit kann durch Drücken der SPEED +/- - Tasten verändert werden (5-99 Minuten). Die Voreinstellung sind 30:00 Minuten. Drücken Sie PROGRAM um in die nächste Eingabe zu gelangen.
- **Entfernung:** Die Entfernung kann durch Drücken der SPEED +/- - Tasten verändert werden (1.0 – 99.0 km). Die Voreinstellung ist 1.0 km. Drücken Sie MODE um in die nächste Eingabe zu gelangen.
- **Kalorien:** Die Kalorien können durch Drücken der SPEED +/- - Tasten verändert werden (20-9990 cal). Die Voreinstellung sind 50 Kalorien.

Haben Sie Ihre Zielvorgaben eingegeben, drücken Sie Start. Das Laufband startet und läuft so lange bis eine Ihrer Zielvorgaben erreicht ist.

Durch Drücken der STOP-Taste wird das Laufband angehalten.

Durch Ziehen des Sicherheitsschlüssels wird das Laufband angehalten. E-07 erscheint auf der Anzeige und ein Warnsignal ertönt.

ERP-Funktion:

Das Display startet automatisch in den ERP Modus, wenn er für 20 Minuten oder länger im Standby Modus ist. Das Display schaltet dann in den Ruhezustand, um Strom zu sparen. Um das Display wieder zu aktivieren ziehen Sie den Sicherheitsschlüssel ab, oder legen Sie diesen wieder auf die dafür vorgesehene Fläche.

Computerbedienung „vorgegebene Trainingsprogramme“

1. Stecken Sie das Netzkabel ein
2. Schalten Sie das Laufband ein
3. Setzen Sie den Sicherheitsschlüssel auf die dafür vorgesehene Stelle am Computer.
4. Drücken Sie die PROGRAM – Taste bis das gewünschte Programm (0-36) erscheint.

P0 ist ein Nutzerprogramm. Drücken Sie die MODE-Taste, um zwischen vier Trainingsmodi auszuwählen. Die Trainingsgeschwindigkeit und die Steigung werden vom Benutzer eingestellt. Der Standardwert für Geschwindigkeit ist 1.0km/h und der Standardwert der Steigung ist 0%.

Trainingsmodus 1 - Normal: Zeit, Distanz und Kalorien werden positiv gezählt, die Einstellfunktion ist deaktiviert.

Trainingsmodus 2 – Zeit Countdown: Das Zeitfenster blinkt im Einstellmodus. Drücken Sie die Handgriff-taste +/-, um den Einstellwert zu ändern. Der Zeiteinstellbereich beträgt 5~99 Minuten, der Standardwert ist 30 Minuten.

Trainingsmodus 3 - Kalorien-Countdown: Das Kalorienfenster blinkt unter Einstellungsstatus. Drücken Sie die Handgriff-taste +/-, um den Einstellwert zu ändern. Der Kalorien-Einstellbereich beträgt 20~9990cal und der Standardwert ist 50cal.

Trainingsmodus 4 - Distanz-Countdown: Das Entfernungsfenster blinkt im Einstellmodus. Drücken Sie die Handgriff-taste +/-, um den Einstellwert zu ändern. Der Einstellbereich für die Distanz beträgt 1.0~99.0km und der Standardwert ist 1.0km.

P1-36 Programme sind nur für das Training im Zeitcountdown-Modus verfügbar. Das Zeitfenster blinkt im Einstellmodus. Drücken Sie die Handgriff-taste +/-, um den Einstellwert zu ändern. Der Zeiteinstellbereich beträgt 5-99 Minuten, der Standardwert ist 30 Minuten.

Mit Drücken der START-Taste fängt das Programm an. (Details zu den Programmen weiter unten)

Benutzer-Programme U1 – U3

Hier können Sie ein Programm nach Ihren eigenen Vorstellungen gestalten. Hierzu Drücken Sie die Program-Taste bis U01 (U02, U03) erscheint. Bestätigen Sie diese mit Mode. Jetzt können Sie die einzelnen Segmente mit der Speed +/- Taste bearbeiten. Jedes Segment schließen Sie mit Drücken der Mode-Taste ab. Nach Beendigung der Eingabe der 10 Segmente drücken Sie „Start“ und Sie können mit Ihrem individuell erarbeiteten Laufprofil beginnen. Ihre Eingaben werden im jeweiligen Profil gespeichert, sodass sie jederzeit abrufbar sind.

HRC-Programme (Diese Funktion gilt nur für Laufbänder mit HRC-Funktion)

Drücken Sie die PROGRAM – Taste bis "HP1 oder HP2 oder HP3" erscheint

Drücken Sie zum Starten die Taste "START".

"HP1"-Programm, Höchstgeschwindigkeit 9,0 km/h, Alter 30/default Herzfrequenz 150

"HP2"-Programm, maximale Geschwindigkeit 11,0 km/h, Alter 30/default Herzfrequenz 160

"HP3"-Programm, maximale Geschwindigkeit 13,0 km/h, Alter 30/default Herzfrequenz 170

1. Wenn Sie die MODE - Taste verwenden, um die Alterseinstellung einzugeben, wird das Geschwindigkeitsfenster 30 anzeigen, und der Benutzer kann die Steigungstaste verwenden, um das Alter zu ändern, wie Sie wollen, wobei das Alter von 1-99 eingestellt werden kann (siehe die Herzfrequenzdetails unten).
2. Nachdem Sie das Alter eingestellt haben, verwenden Sie die MODE - Taste, das System wird ein Herzfrequenzziel empfehlen und im Fenster anzeigen. Die Herzfrequenzwerte dürfen nur als Referenz angesehen werden. Je nach Ihrer körperlichen Situation können Sie diese erhöhen oder verringern. Die Herzfrequenz kann zwischen 0 bis 220 eingestellt werden.
3. Drücken Sie die MODE - Taste, um in den Wartezustand zu gelangen, oder drücken Sie die START-Taste, um zu starten.

- Wenn Sie das HRC-Programm verwenden, können Sie die Taste für die Steigung oder die Geschwindigkeit verwenden, aber das System passt die Geschwindigkeit oder die Steigung trotzdem an, um Ihr Herzfrequenzziel zu erreichen.
- Starten Sie das HRC-Programm. Die erste Minute ist die Aufwärmzeit, das System passt die Geschwindigkeit oder Steigung nicht an. Nach 1 Minute passt das System die Geschwindigkeit jedes Mal um 2.0 km/h an, um Ihr eingestelltes Ziel zu erreichen. Wenn Sie die Geschwindigkeit auf die Höchstgeschwindigkeit erhöhen und Ihr Herzfrequenzziel immer noch nicht erreicht haben, erhöht das System die Steigungsstufe, um Ihr Training zu steigern. Wenn die Herzfrequenz höher ist als das eingestellte Ziel, dann wird das System die Steigungsstufe um 1 Stufe/10 Sekunde bis auf 0 reduzieren, wenn Ihre Herzfrequenz immer noch höher als das Ziel ist, dann werden wir 0,5km/h alle 10 Sekunden reduzieren.

Anmerkung: Für die HRC-Programme muss der drahtlose Brustgurt verwendet werden.

Funktion „Körperfettberechnung“

- Mit der „PROGRAM“ –Taste wählen Sie BMI aus (erscheint nach HRC)
- Sie sehen F1 und 1 im Display. Wählen Sie 1 für männlich und 2 für weiblich, durch Drücken der SPEED +/- - Tasten. 1 ist die Voreinstellung.
- Durch Drücken der MODE – Taste erscheint F2 und 25 im Display. Hier geben Sie das Alter, durch Drücken der SPEED +/- - Taste, ein (von 1 – 99 Jahre).
- Durch Drücken der MODE– Taste erscheint F3 und 170 im Display. Hier geben Sie Ihre Größe in cm, durch Drücken der SPEED +/- - Taste, ein (von 100-220 cm).
- Durch Drücken der MODE – Taste erscheint F4 und 70 im Display. Hier geben Sie Ihr Gewicht in kg, durch Drücken der SPEED +/- - Taste, ein (von 20-150 kg).
- Durch Drücken der MODE – Taste erscheint F5 und 05 im Display.
- Hier ermitteln Sie Ihren Wert für Körperfett (BMI, Body Mass Index). Messen Sie Ihr Körperfett, indem Sie für ca. 8 Sekunden mit beiden Händen die Handpulssensoren umgreifen. Während der Messung blinkt im Display „- - -“,.

Als Richtwert gilt: Körperfett unter 18 ist dünn, 18 – 24 normal, 25 – 28 übergewichtig

Funktion des „Sicherheitsschlüssel“

Indem Sie den Sicherheitsschlüssel ziehen, hört das Laufband auf zu laufen. SAFE erscheint auf der Anzeige und ein Warnsignal ertönt. Wenn Sie den Sicherheitsschlüssel zurückstecken, wird diese Anzeige zurückgesetzt. Tragen Sie den Sicherheitsschlüssel während des Trainings immer am Kleidungsstück befestigt. Sollten Sie während des Laufens stolpern oder ein sonstiger Unfall passieren, soll gewährleistet werden, dass das Laufband stoppt und Sie nicht verletzt werden können.

Tabelle zu den Programmen

PROGRAMM		EINGESTELLTE ZEIT / 10 PRO SEGMENT									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P01	SPEED	1	3	5	5	5	7	7	5	3	2
	INCLINE	2	2	8	6	6	4	4	6	2	2
P02	SPEED	2	3	5	8	5	5	6	8	4	3
	INCLINE	3	3	2	2	8	8	4	4	4	4
P03	SPEED	2	3	7	8	5	5	5	8	4	3
	INCLINE	1	2	5	7	7	4	4	6	2	2
P04	SPEED	2	2	5	8	8	8	8	5	3	2
	INCLINE	3	3	9	9	9	9	9	6	2	2
P05	SPEED	3	4	8	9	10	10	10	7	4	3
	INCLINE	2	2	8	6	6	6	6	6	1	1
P06	SPEED	3	4	6	7	7	7	9	10	5	3
	INCLINE	1	8	8	7	7	7	7	5	3	1

P07	SPEED	3	4	4	10	4	9	4	11	3	2
	INCLINE	1	1	6	6	6	8	8	10	6	2
P08	SPEED	3	5	7	9	3	5	7	5	11	5
	INCLINE	3	3	3	7	7	3	3	3	5	5
P09	SPEED	3	7	10	4	7	11	5	4	12	6
	INCLINE	3	6	7	3	8	8	3	8	4	4
P10	SPEED	3	5	9	10	6	6	9	6	11	3
	INCLINE	2	7	5	5	8	8	8	8	4	4
P11	SPEED	4	5	11	9	6	8	9	11	6	5
	INCLINE	1	6	3	3	7	7	4	4	6	6
P12	SPEED	4	6	10	10	10	7	7	10	6	5
	INCLINE	3	8	9	5	5	8	8	4	4	4
P13	SPEED	2	4	6	6	6	8	8	6	4	3
	INCLINE	3	3	9	7	7	5	5	7	3	3
P14	SPEED	3	4	6	9	6	6	7	9	5	4
	INCLINE	4	4	3	3	9	9	5	5	5	5
P15	SPEED	3	4	8	9	6	6	6	9	5	4
	INCLINE	2	3	6	8	8	5	5	7	3	3
P16	SPEED	3	3	6	9	9	9	9	6	4	3
	INCLINE	4	4	10	10	10	10	10	7	3	3
P17	SPEED	4	5	9	10	11	11	11	8	5	4
	INCLINE	3	3	9	7	7	7	7	7	2	2
P18	SPEED	4	5	7	8	8	8	10	11	6	4
	INCLINE	2	9	9	8	8	8	8	6	4	2
P19	SPEED	4	5	5	11	5	10	5	12	4	3
	INCLINE	2	2	7	7	7	9	9	11	7	3
P20	SPEED	4	6	8	10	4	6	8	6	12	6
	INCLINE	4	4	4	8	8	4	4	4	6	6
P21	SPEED	4	8	11	5	8	12	6	5	12	7
	INCLINE	4	7	8	4	9	9	4	9	5	5
P22	SPEED	4	6	10	11	7	7	10	7	12	4
	INCLINE	3	8	6	6	9	9	9	9	5	5
P23	SPEED	5	6	12	10	7	9	10	12	7	6
	INCLINE	2	7	4	4	8	8	5	5	7	7
P24	SPEED	5	7	11	11	11	8	8	11	7	6
	INCLINE	4	9	10	6	6	9	9	5	5	5
P25	SPEED	3	5	7	7	7	9	9	7	5	4
	INCLINE	4	4	10	8	8	6	6	8	4	4
P26	SPEED	4	5	7	10	7	7	8	10	6	5
	INCLINE	5	5	4	4	10	10	6	6	6	6
P27	SPEED	4	5	9	10	7	7	7	10	6	5
	INCLINE	3	4	7	9	9	6	6	8	4	4
P28	SPEED	4	4	7	10	10	10	10	7	5	4
	INCLINE	5	5	10	10	10	10	10	8	4	4
P29	SPEED	5	6	10	11	12	12	12	9	6	5
	INCLINE	4	4	10	8	8	8	8	8	3	3

P30	SPEED	5	6	8	9	9	9	11	12	7	5
	INCLINE	3	10	10	9	9	9	9	7	5	3
P31	SPEED	5	6	6	12	6	11	6	12	5	4
	INCLINE	3	3	8	8	8	10	10	10	8	4
P32	SPEED	5	7	9	11	5	7	9	7	12	7
	INCLINE	5	5	5	9	9	5	5	5	7	7
P33	SPEED	5	9	12	6	9	12	7	6	12	8
	INCLINE	5	8	9	5	10	10	5	10	6	6
P34	SPEED	5	7	11	12	8	8	11	8	12	5
	INCLINE	4	9	7	7	10	10	10	10	6	6
P35	SPEED	6	7	12	11	8	10	11	12	8	7
	INCLINE	3	8	5	5	9	9	6	6	8	8
P36	SPEED	6	8	12	12	12	9	9	12	8	7
	INCLINE	5	10	10	7	7	10	10	6	6	6

INTERAKTIVES TRAINING (OPTIONAL)

Fitnessgeräte die mit Bluetooth Technologie ausgestattet sind, können mit kompatiblen Fitness Apps verbunden werden. Derzeit stehen die Programme "Kinomap", „Zwift“ und für iOS und Android zur Verfügung



1. Laden Sie die gewünschte App auf ihr Mobilgerät
2. Registrieren Sie sich nach Vorgabe der jeweiligen App
3. Aktivieren Sie Bluetooth in den Einstellungen Ihres Mobilgeräts
4. Schalten Sie ihr Fitnessgerät ein
5. Öffnen Sie die entsprechende App
6. Wählen Sie Ihre Geräteart
7. Wählen Sie die Marke Ihres Fitnessgeräts aus
8. Wählen Sie das PROGRAM Ihres Fitnessgeräts aus
9. Verbinden Sie das Gerät über die App mit Ihrem Mobilgerät

PROBLEME UND BEHEBUNG

PROBLEM	MÖGLICHE URSACHEN	BEHEBUNG
Das Laufband lässt sich nicht starten	Netzkabel ist nicht eingesteckt	Netzkabel einstecken
	Der Ein/Ausschalter ist nicht auf Ein gestellt	Der Ein/Ausschalter auf Ein stellen
	Die Haussicherung ist herausgesprungen	Die Haussicherungen prüfen
	Das Kabel im rechten Holm ist oben- oder unten ab geschert	Kabelverbindung anhand Aufbauanleitung prüfen
	Der Notstopp-Sicherheitsschlüssel ist nicht richtig auf der Konsole positioniert	Notstopp-Sicherheitsschlüssel abziehen und neu positionieren
	Die Sicherung des Geräts ist defekt	Die Sicherung des Geräts tauschen
	Das Verbindungskabel vom Controller zur Konsole hat sich vom Controller gelöst	Steckverbindung auf dem Controller im Motorraum prüfen
	Transformer ist nicht richtig verbunden oder defekt	Trafo im Motorraum prüfen und ggf austauschen
Das Laufband bleibt plötzlich stehen	Der Motor schaltet wegen Überlastung ab	Schmierung und Spannung der Laufmatte prüfen wie in Aufbauanleitung beschrieben
	Elektronikproblem	Stromzufuhr wie oben beschrieben prüfen
Das Laufband ruckt beim Laufen	Laufmatte ist zu locker und rutsch durch	Laufmattenspannung nachjustieren wie in Aufbauanleitung beschrieben
Das Laufband läuft nicht mittig	Das Laufband ist nicht korrekt ausgerichtet	Laufmatte zentrieren wie in Aufbauanleitung beschrieben
Laufband quietscht ohne Belastung (ohne Läufer)	Motor-Antriebsriemen läuft nicht mittig auf Riemenscheibe von vordere Umlenkrolle	Antriebsriemen ausrichten
	Antriebsriemen defekt	Antriebsriemen tauschen
	Vordere Umlenkrolle defekt	Vordere Umlenkrolle austauschen
	Hintere Umlenkrolle defekt	Hintere Umlenkrolle austauschen
Laufband quietscht unter Belastung (mit Läufer)	Laufband ist an Unebenheiten des Bodens nicht angepasst	Verstellfüße am vorderen Rahmen justieren
	Laufdeck hat sich gelockert	Laufdeck nachziehen
	Dämpfungselemente verschlissen	Dämpfungselemente austauschen
	Laufdeck gebrochen	Laufdeck tauschen
Fehlermeldung auf Display E-01	Kabelverbindung	Überprüfen Sie die Kabel und ersetzen Sie diese gegebenenfalls
	Display defekt	Ersetzen Sie das Display
	Controller defekt	Controller im Motorraum austauschen

PROBLEM	MÖGLICHE URSACHEN	BEHEBUNG
E-02	Motorkabel sind nicht richtig angeschlossen	Schließen Sie die Motorkabel ordnungsgemäß an
	keine oder eine abnormale Ausgangsspannung vom Controller zum Motor	Tauschen Sie den Controller
	Motor defekt	Wechseln Sie den Motor
E-03	Der Speedsensor ist nicht richtig installiert	Überprüfen Sie den Speedsensor und stellen Sie die Verbindung wieder her
	Defekter Speedsensor	Ersetzen Sie den Speedsensor
	Defekter Controller	Ersetzen Sie den Controller
E-05	Die Belastung des Laufbandes übersteigt den Nennbetriebsstrom des Motors	Die Belastung des Laufbandes muss innerhalb des Nennbetriebsstroms liegen
	Falsche Montage des Motors	Prüfen Sie, ob der Motor richtig montiert ist
	Defekter Strombegrenzer	Controller im Motorraum austauschen
E-07	Die Konsole erkennt den Sicherheitsschlüssel nicht	Prüfen Sie ob der Sicherheitsschlüssel korrekt angebracht ist
		Ersetzen Sie die Auflagefläche für den Sicherheitsschlüssel
		Ersetzen Sie die Konsole
Haussicherung fliegt raus	mehrere Strom-intensive Haushaltsgeräte laufen	andere Haushaltsgeräte ausschalten
	Ein-Ausschalter defekt	Schalter ersetzen
	Kurzschluss durch defekte Kabel	Kabel im Motorraum kontrollieren und ggf austauschen
	Motor defekt	Motor austauschen
Keine Herzfrequenzanzeige	Handpuls kabel nicht richtig verbunden	Kabelverbindung mit Konsole prüfen
	Handpulssensoren defekt	Handpulssensoren austauschen
	Konsolen-Schaltkreis defekt	Konsole austauschen
	Sensoren von Brustgurt übertragen Signal nicht	Sensoren gut anfeuchten
	Batterie von Brustgurt leer	Batterie austauschen
	Brustgurt defekt	Brustgurt tauschen
	kodierter Brustgurt	Brustgurt ohne Kodierung verwenden
Neigungswinkel Fehler	Defekter Neigungswinkelmotor	ersetzen Sie den Neigungswinkelmotor
	defekter Controller	Ersetzen Sie den Controller
	Kontrollersignal ist abnormal	Drücken Sie den Kalibrierungsknopf auf dem Controller

WARTUNG / INSTANDHALTUNG

Ein regelmäßiges Säubern/Warten erhöht die Lebensdauer Ihres Gerätes.

Untersuchen Sie Ihr Laufband regelmäßig und ziehen Sie lockere Teile gegebenenfalls nach. Tauschen Sie abgenutzte Teile sofort aus.

REINIGUNG

Warnung: Um elektrischen Schlägen vorzubeugen, überprüfen Sie ob der Netzstecker des Gerätes gezogen ist bevor Sie mit der Reinigung beginnen.

Wichtig: Verwenden Sie zur Säuberung Ihres Laufbandes keine Scheuer- oder Lösungsmittel. Um Schäden am Computer zu vermeiden halten Sie ihn fern von jeglichen Flüssigkeiten und setzen Sie ihn nie direktem Sonnenlicht aus.

Nach jedem Training: Wischen Sie die Computerkonsole und die anderen Oberflächen des Laufbands mit einem sauberen, feuchten, weichen Lappen ab um den Trainingsschweiß zu entfernen.

Wöchentlich: Staub und Schmutz aus der Umgebung gerät unter das Laufband. Saugen Sie deshalb wöchentlich um und unter dem Laufband.

Halbjährlich: Der laufende Motor saugt Staub in den Motorraum und kann den Motor verstopfen. Öffnen Sie die Motorhaube ca. alle 6 Monate und saugen den Motorraum und Motor sorgfältig aus.

LAUFBAND-SCHMIERUNG

Die Laufmatte ist vorgeschmiert. Wir empfehlen Ihnen, die Schmierung des Laufmatte regelmäßig zu überprüfen, um einen optimalen Betrieb zu gewährleisten.

Überprüfen Sie alle 30-40 Tage die Schmierung der Laufmatte: Heben Sie hierzu die Seiten des Laufbandes an und fühlen Sie mit den Fingern die Oberfläche des Laufdecks. Wenn Sie Spuren von Silikon spüren, ist eine Schmierung nicht erforderlich.

Wenn die Oberfläche trocken ist, gehen Sie beim Schmieren wie folgt vor:

1. tragen Sie Silikonöl unter der Laufmatte auf, indem Sie dieses einige Zentimeter anheben; wiederholen Sie den Vorgang auf der anderen Seite.
2. Schalten Sie das Gerät ein, ohne aufzusteigen, und lassen Sie das laufende Band 5 Minuten lang mit minimaler Geschwindigkeit laufen.



Verwenden Sie nur Silikonöl, das keine Erdölkomponenten enthält.

SPANNEN DER LAUFMATTE

Sollte die Laufmatte durchrutschen oder bei einzelnen Schritten ein Stocken zu spüren sein, ist es notwendig, die Spannung zu erhöhen.

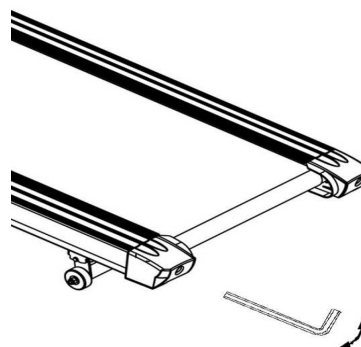
Drehen Sie die linke hintere Schraube 1/4 Umdrehung im Uhrzeigersinn.

Wiederholen Sie Schritt 1 für die rechte Seite. Achten Sie darauf, dass Sie die gleiche Anzahl von Umdrehungen machen, damit die Rolle am Rahmen ausgerichtet ist.

Wiederholen Sie Schritt 1 und Schritt 2, bis die Laufmatte so gespannt ist, dass sie nicht mehr durchrutscht.

Achten Sie darauf, den Laufmatte nicht zu stark zu spannen, da dies zu einem übermäßigen Druck auf die Kugellager führen kann.

Um die Spannung des Laufmattes zu verringern, drehen Sie beide Schrauben gegen den Uhrzeigersinn und gleich oft.



ZENTRIERUNG DER LAUFMATTE

Die Kräfte die beim Laufen auftreten, können dazu führen, dass sich die Laufmatte leicht verschiebt. Diese Verschiebung ist normal und der Gurt stellt sich von selbst ein, wenn niemand darauf steht. Bleibt sie bestehen, ist ein manuelles Eingreifen erforderlich.

Lassen Sie das Laufband laufen, ohne dass jemand darauf läuft, und erhöhen Sie die Geschwindigkeit, bis ca. 6 km/h

1. Prüfen Sie, ob das Band eine Tendenz nach rechts oder links hat.

Wenn sich die Laufmatte nach links bewegt, drehen Sie die linke hintere Schraube jeweils eine ¼ Umdrehung im Uhrzeigersinn.

Wenn sich der Laufmatte nach rechts bewegt, drehen Sie die rechte hintere Schraube jeweils eine ¼ Umdrehung im Uhrzeigersinn.

Wenn das Band immer noch nicht zentriert ist, wiederholen Sie die oben genannten Schritte, bis das Problem behoben ist.

2. Sobald das Band zentriert ist, erhöhen Sie die Geschwindigkeit und prüfen, ob das Band korrekt in der Mitte des Decks läuft.

FASSI



assistenza@greenfitspa.it
service@savage-sport.de