

FASSI

F 13.3 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 installare o mettere in funzione l'apparecchio.
2. Utilizzare l'apparecchio solo come descritto nelle istruzioni.
3. Prima di utilizzare l'apparecchio, verificare che tutte le viti e i bulloni siano ben serrati.
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'allenamento, verificare che tutte le parti del dispositivo siano assemblate correttamente.
7. L'apparecchio può essere utilizzato da una sola persona alla volta.
8. Installare e utilizzare l'apparecchio su una superficie solida e piana. Lasciare sempre un metro di spazio libero intorno all'apparecchio.
9. Non utilizzare l'apparecchio in prossimità di acqua o all'aperto.
10. Assicurarsi **che il liquido non penetri mai** nell'apparecchio.
11. Tenere gli oggetti appuntiti lontano dall'apparecchio.
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. Il dispositivo è destinato esclusivamente all'uso domestico e non deve essere utilizzato nel settore commerciale. Il dispositivo 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, si prega di contattare il nostro centro di assistenza per ottenere i pezzi di ricambio originali. Nel frattempo, l'apparecchio non deve essere utilizzato.

ISTRUZIONI DI SICUREZZA PER LA FORMAZIONE

ATTENZIONE Consultare il medico prima di iniziare l'attività fisica. Ciò è particolarmente importante per gli utenti con problemi di salute esistenti.

1. Riscaldatevi bene prima di iniziare l'allenamento.
2. Inserire la chiave di sicurezza e collegare l'altra estremità ai vestiti. Se è necessario arrestare rapidamente il motore, è sufficiente tirare il cavo della chiave di sicurezza in modo che si stacchi dalla console e il tappetino si fermerà immediatamente. Per riprendere l'allenamento, inserire nuovamente 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'apparecchio non è in uso. Tenere la chiave di sicurezza fuori dalla portata dei bambini.
5. Durante l'esercizio fisico, indossare sempre indumenti adeguati che non possano impigliarsi nell'apparecchiatura. Non utilizzare il dispositivo a piedi nudi, ma indossare sempre scarpe da ginnastica. Non indossare scarpe slacciate, con lacci liberi o con suole di cuoio.
6. Tenere tutti gli indumenti e gli asciugamani appesi lontano dal nastro trasportatore in funzione. Se un oggetto si incastra, spegnere immediatamente l'apparecchio.

7. Prestare attenzione quando si inizia o si termina l'allenamento. 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 pedalare solo quando il tapis roulant funziona a una velocità bassa ma costante.
9. 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.
10. Non mettere mai in funzione l'apparecchio quando c'è qualcuno sopra.
11. Non oscillare o saltare sul tapis roulant.
12. In caso di nausea, vertigini, dolore o altri sintomi fisici insoliti, interrompere immediatamente l'allenamento e consultare un medico.
13. Le persone disabili possono utilizzare l'apparecchio solo in presenza di personale qualificato o del proprio medico.
14. I bambini devono utilizzare l'apparecchio solo in presenza di un adulto.
15. In caso di malessere, nausea, dolore al petto o altri sintomi anomali, interrompere immediatamente l'allenamento e consultare un medico.
16. I valori della frequenza cardiaca sono solo di riferimento e non devono essere equiparati a dati medici.

SICUREZZA ELETTRICA

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

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

SOVRATENSIONE: Questo apparecchio è dotato 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/spegnimento 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.

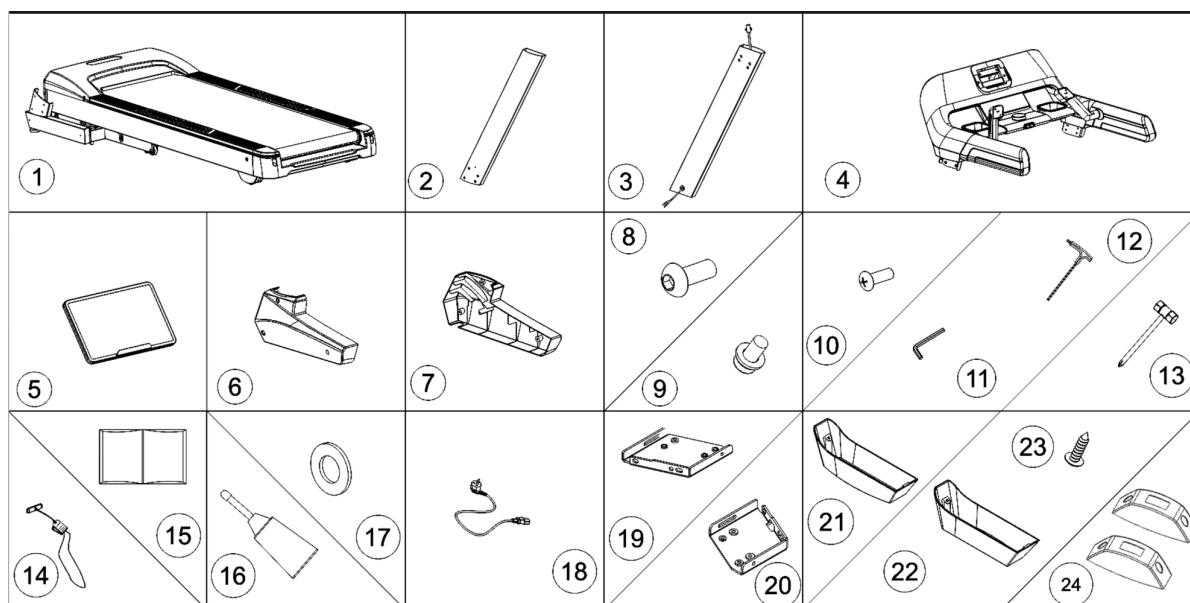


Non smaltire gli apparecchi elettrici nei rifiuti domestici. In conformità alla direttiva europea 2002/96/CE sui rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche e al suo recepimento nelle legislazioni nazionali, si deve

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 rifiuti pericolosi.

ENTITÀ DELLA FORNITURA, SINGOLE PARTI E STRUMENTI

PACK HARDWARE

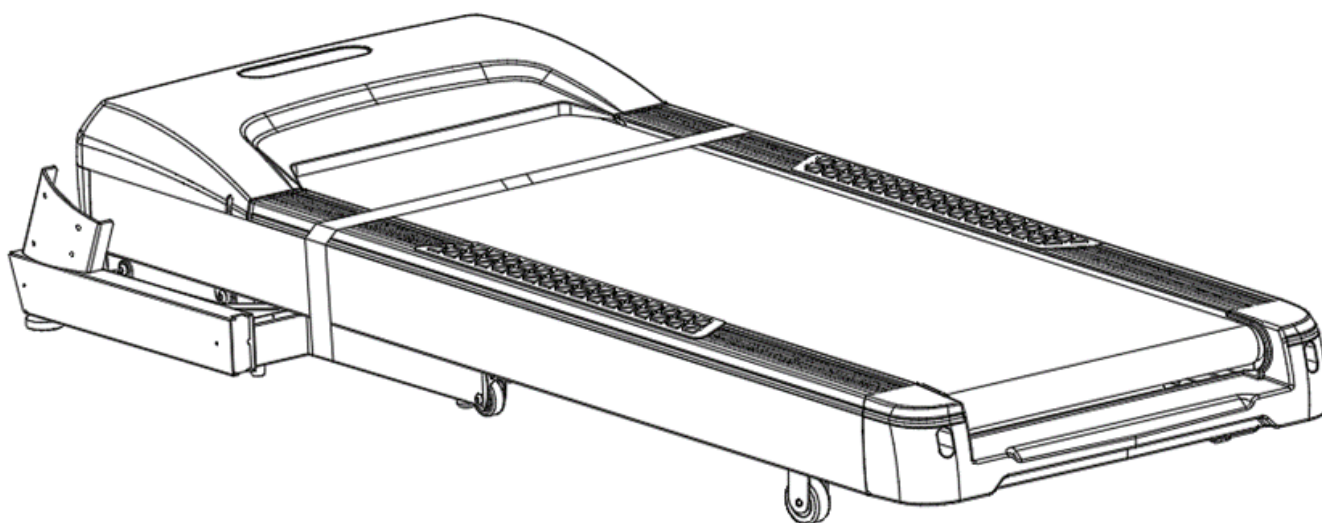


PART LIST					
NO	DESCRIPTION	Q'TY	NO	DESCRIPTION	Q'TY
1	MAIN FRAME	1	13	CACCIAVITE	1
2	MONTANTE SINISTRO	1	14	CHIAVE DI SICUREZZA	1
3	MONTANTE DESTRO	1	15	MANUALE	1
4	CONSOLE	1	16	OLIO DI LUBRIFICAZIONE	1
5	PLASTICA PER COMPUTER	1	17	RONDELLA PIATTA M8	22
6	COVER BASE - SX	1	18	CAVO DI ALIMENTAZIONE	1
7	COVER BASE - DX	1	19	STAFFA PER CONSOLE - SX	1
8	BULLONE A TESTA BOMBATA CON ESAGONO INCASSATO M8*15	22	20	STAFFA PER CONSOLE - DX	1
9	BULLONE A TESTA TONDA CON ESAGONO INCASSATO M8*20	8	21	COPERTURA MONTANTE SINISTRO	1
10	BULLONE A CROCE INCASSATO A TESTA VOSTRALE M5*10	10	22	COPERTURA MONTANTE DESTRA	1
11	CHIAVE #5	1	23	VITE AUTOFILETTANTE A CROCE INCASSATA M4*15	2
12	CHIAVE #T6	1	24	TELAIO COPRIRUOTA	2

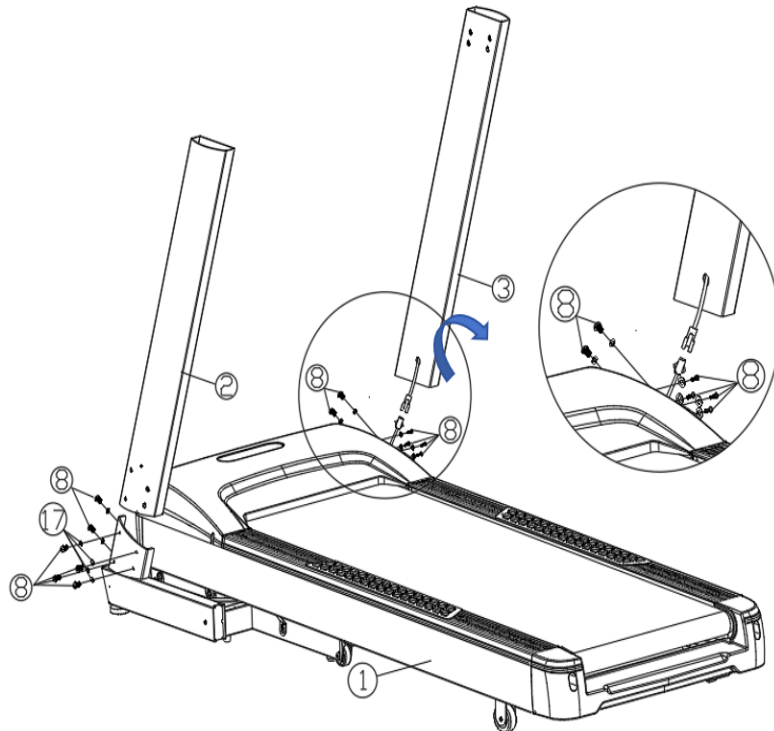
ISTRUZIONI DI MONTAGGIO

Prima di iniziare il montaggio dell'apparecchio, verificare che siano presenti tutti i componenti specificati. Alcune delle fasi di montaggio richiedono un sollevamento pesante. Si consiglia di farsi assistere da un'altra persona durante l'assemblaggio del prodotto.

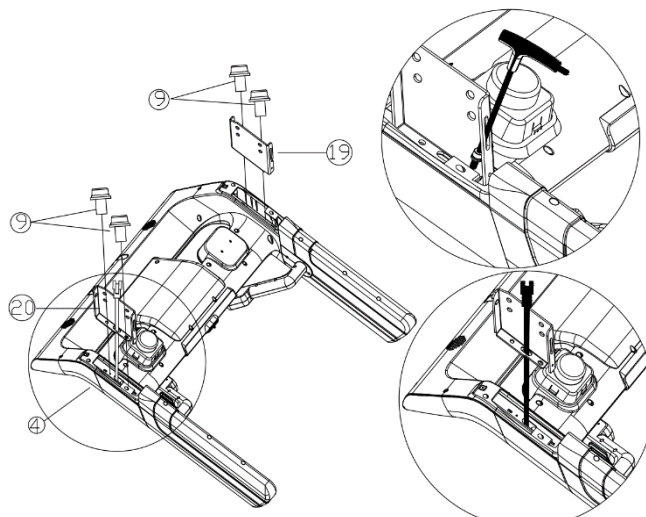
FASE 1: Posizionare il telaio principale su un piano e staccare il nastro in velcro attaccato alla superficie di scorrimento e al telaio.



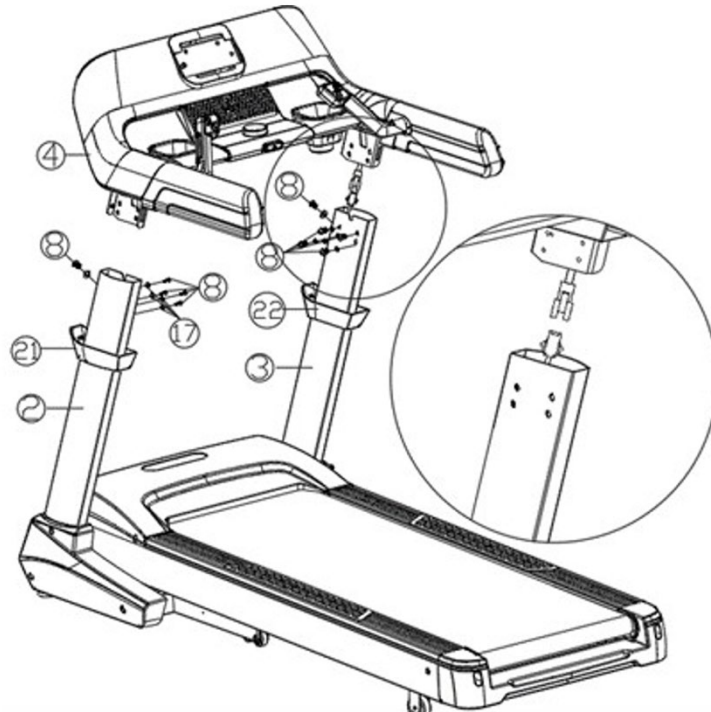
FASE 2: Rimuovere il supporto anteriore sinistro (2) e il supporto anteriore destro (3). Collegare il cavo sul lato destro del telaio al cavo sul supporto anteriore destro. Allineare quindi entrambi i montanti con i fori delle viti del telaio e fissarli al telaio (1) con sei viti M8x15 (8) e sei rondelle M8 (17) utilizzando la chiave.



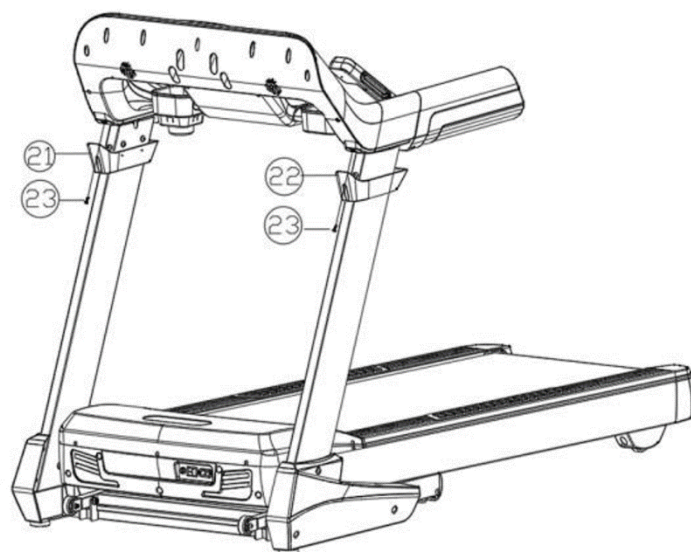
FASE 3: Rimuovere il set di console (4) e la staffa destra (20), far passare il cavo attraverso l'apertura e fissare la staffa (20) al supporto della console (4) utilizzando due viti M8x20 (9). Ripetere la procedura con la staffa sinistra (20).



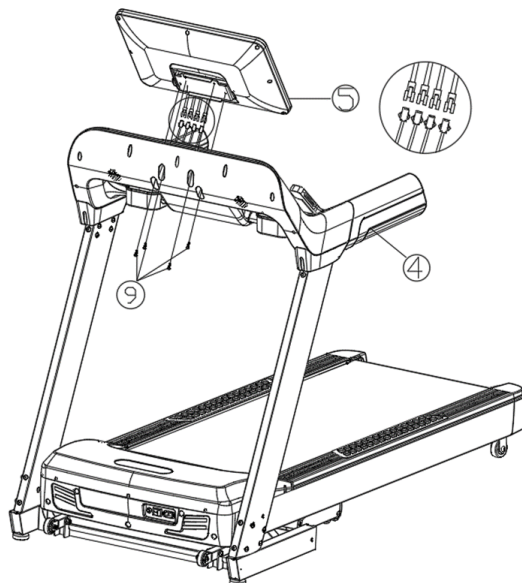
Fase 4: posizionare il coperchio del supporto anteriore sinistro (21) e il coperchio del supporto anteriore destro (22) sui supporti anteriori (2/3). Due persone tengono la staffa della console (4) e collegano il cavo della console al cavo del supporto anteriore destro (3) - assicurarsi che il collegamento sia corretto per evitare danni. Inserire quindi la staffa della console nei supporti anteriori (2/3) e fissarla con 10 viti M8x15 (8) e 10 rondelle M8 (17) utilizzando la chiave (11).



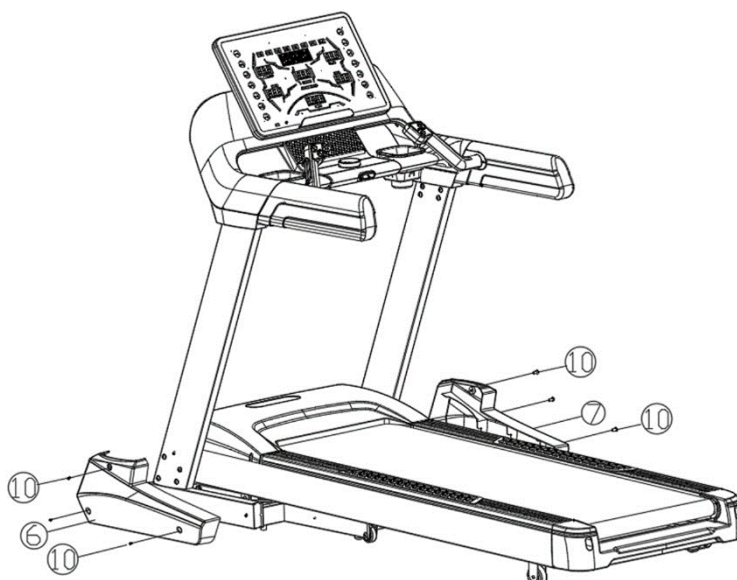
Fase 5: Far scorrere verso l'alto il coperchio del supporto anteriore sinistro (21) e fissarlo con una vite M4x15 (23) e un cacciavite. Ripetere la procedura sul lato destro.



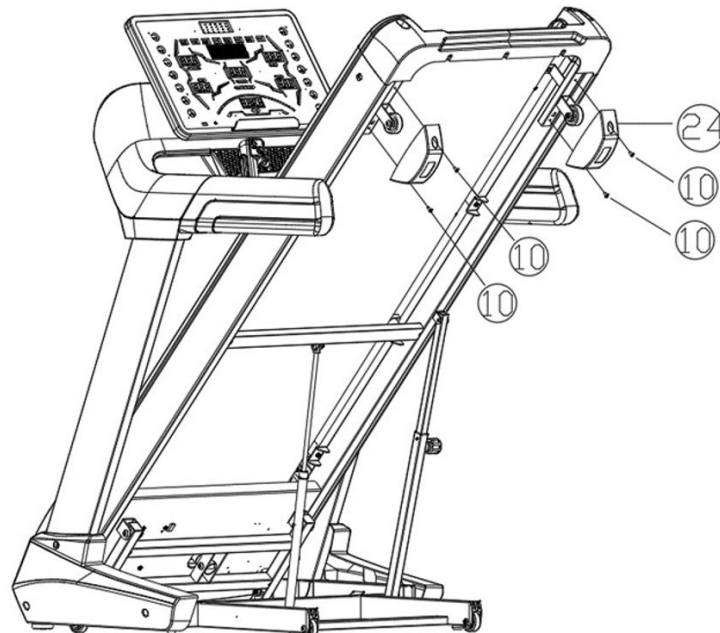
Fase 6: estrarre il display (5) dalla scatola. Una persona tiene il display (5), l'altra collega i cavi di segnale tra il display e la console. Una volta collegati i cavi, inserirli nell'apposita fessura. Posizionare il display (5) sul rack della console (4) e fissarlo con la chiave e le quattro viti M8x20 (9).



Fase 7: serrare tutte le viti dei supporti inferiori. Rimuovere il coperchio sinistro (6) e il coperchio destro (7) e fissarli al telaio principale con tre viti M5x10 mm (10) ciascuna.



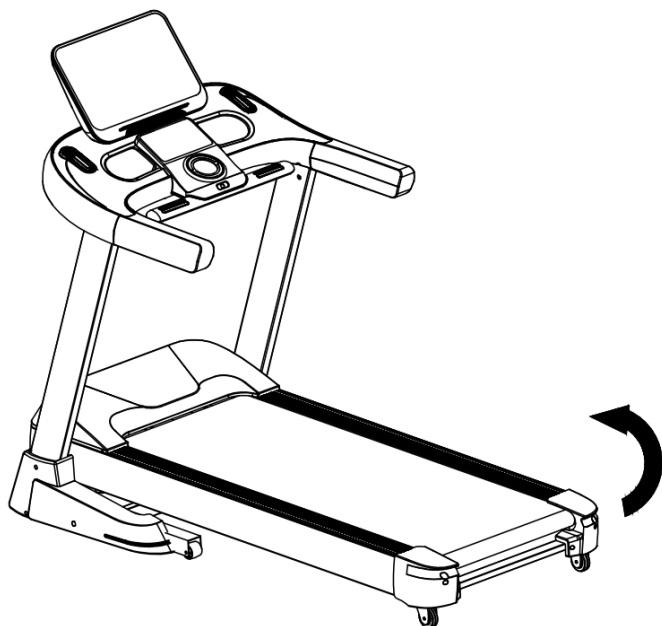
Fase 8: ripiegare il telaio principale. Montare il copriruota posteriore (24) con due viti M5x10.



ATTENZIONE

Assicurarsi che tutte le viti siano serrate prima di iniziare l'allenamento.

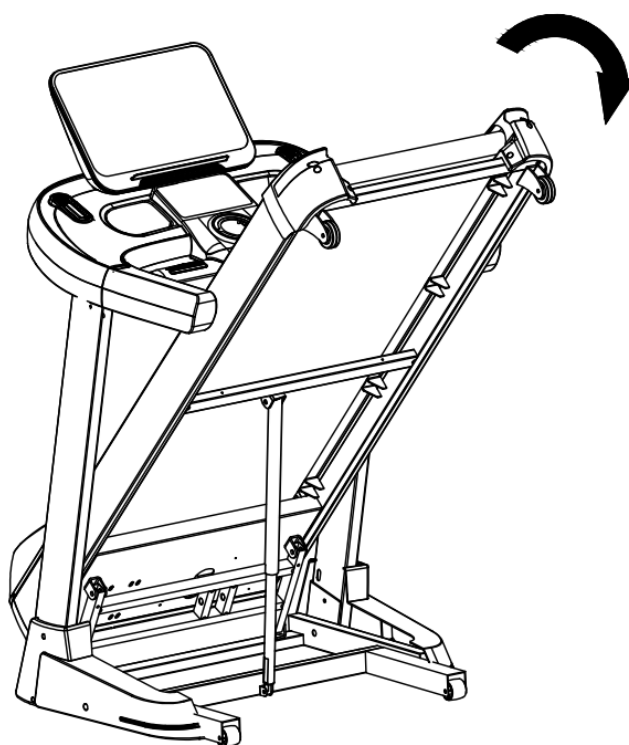
CHIUSURA



Sollevare il piano di scorrimento e tirarlo verso l'alto con forza finché non si sente un "clic" e si percepisce che il meccanismo di sicurezza si è innestato.

APERTURA

Premere leggermente la superficie di scorrimento verso l'alto e toccare leggermente il collare di sicurezza con il piede. A questo punto, tirare leggermente il piano di corsa verso il basso in direzione della freccia. Il piano di corsa si abbassa delicatamente verso il basso.

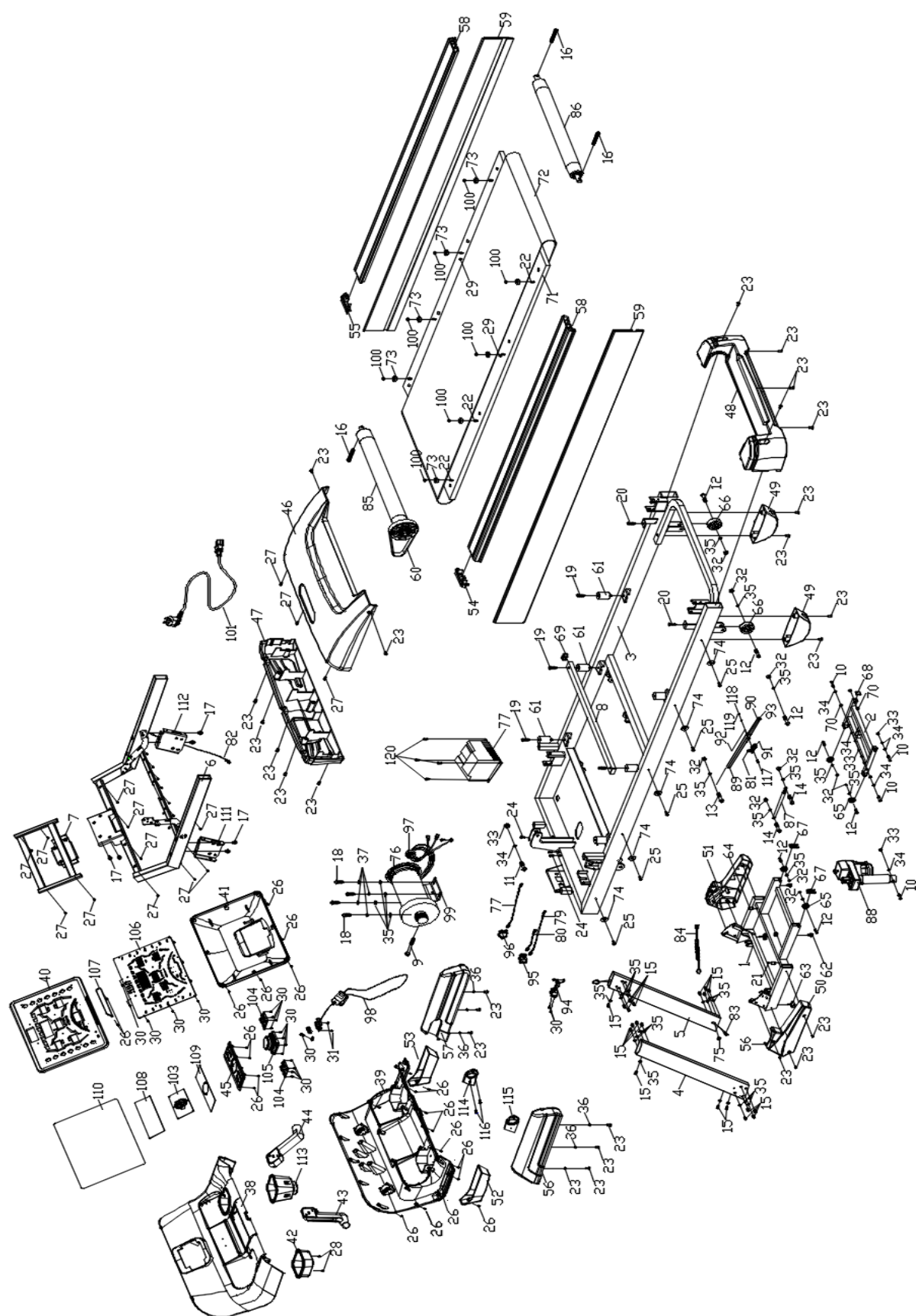


ELENCO DELLE PARTI DI RICAMBIO

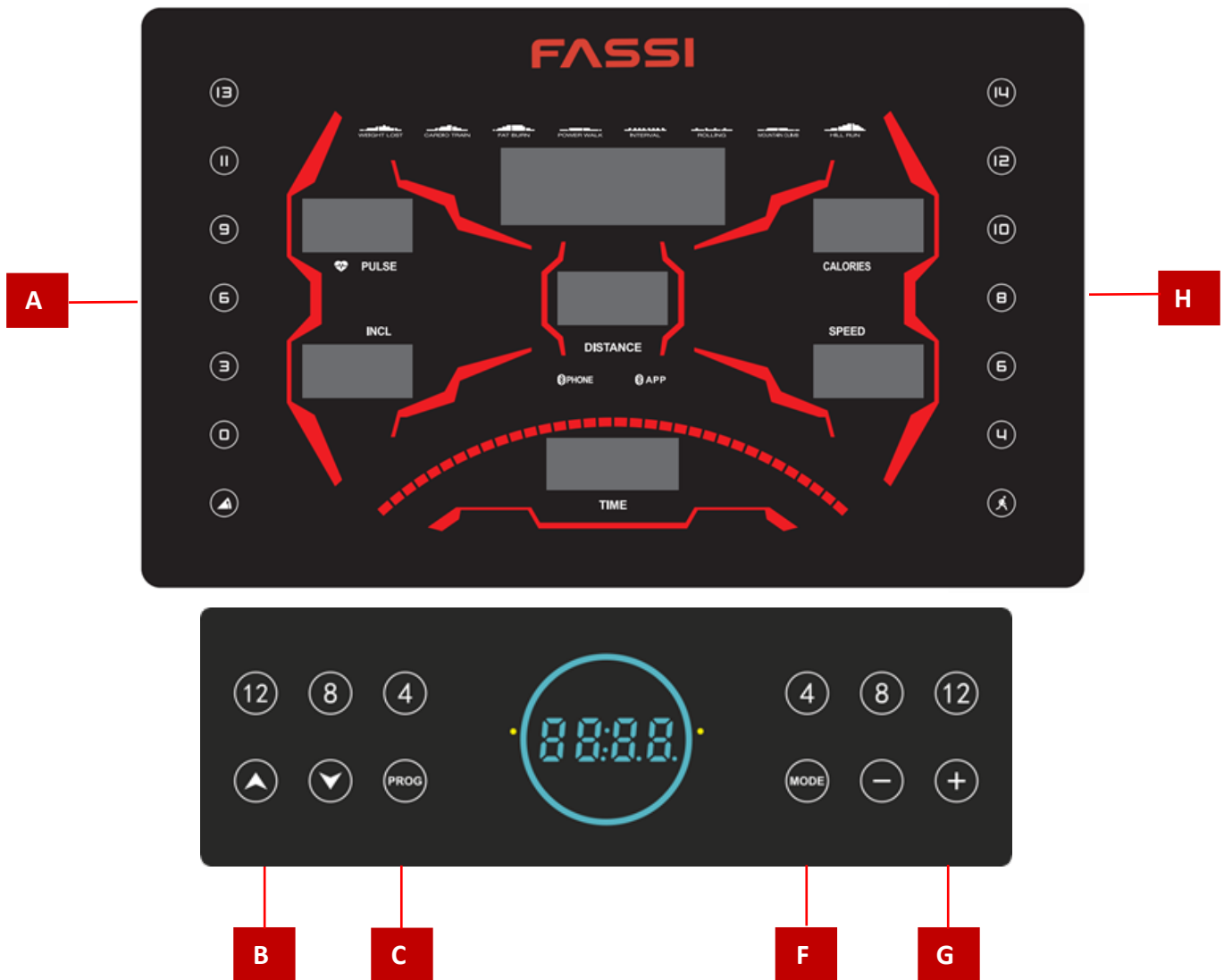
No.	Designazione	Pezzo	No.	Designazione	Pezzo
1	Telaio di base	1	37	Rondella di sicurezza $\phi 14 \times 8 \phi 5 \text{ t}2,5$	4
2	Telaio dell'angolo di inclinazione	1	38	Parte superiore dell'alloggiamento della console	1
3	Telaio principale	1	39	Fondo dell'alloggiamento della console	1
4	Supporto anteriore sinistro	1	40	Alloggiamento del computer anteriore	1
5	Supporto anteriore destro	1	41	Alloggiamento del computer posteriore	1
6	Telaio della console	1	42	Portabottiglie	1
7	Supporto per display	1	43	Sensori di polso mano sinistra	1
8	Ponte con strisce di rinforzo	1	44	Sensori di polso mano destra	1
9	Vite M8x70	1	45	Abbottonatura	1
10	Vite ad esagono cavo M10x55	5	46	Coperchio superiore del motore	1
11	Vite ad esagono cavo M10x40	1	47	Coperchio anteriore del motore	1
12	Vite ad esagono cavo M8x40	7	48	Tappo terminale	1
13	Vite ad esagono cavo M8x45	2	49	Copri ruota posteriore	2
14	Vite ad esagono cavo M8x30	2	50	Coperchio del telaio di base a sinistra	1
15	Vite ad esagono cavo M8x15	22	51	Coperchio del telaio di base a destra	1
16	Vite a testa tonda M8x65	3	52	Coperchio di supporto anteriore sinistro	1
17	Vite a testa tonda M8x20	8	53	Coperchio di supporto anteriore destro	1
18	Vite a testa tonda M8x15	4	54	Tappo di copertura della siderail a sinistra	1
19	Vite a testa svasata M6x25	6	55	Tappo di copertura della siderail a destra	1
20	Vite a testa svasata M6x40	2	56	Corrimano a sinistra	1
21	Vite a croce M6x20	2	57	Corrimano destro	1
22	Vite a croce M5x30	8	58	Siderail	2
23	Vite a croce M5x10	28	59	Coperchio laterale del telaio principale	2
24	Vite a croce M4x15	3	60	Cinghia del motore	1
25	Vite di foratura M4x12	10	61	Serranda	6
26	Vite autofilettante a croce M4x12	42	62	Piede del telaio di base posteriore	2
27	Vite a testa piatta M4x15	1	63	Piede del telaio di base anteriore	2
28	Vite a testa piatta M4x8	2	64	Telaio di base della serranda	2
29	Vite di foratura M4x25	2	65	Rullo di trasporto	4
30	Vite a croce M3x10	26	66	Telaio principale della ruota	2
31	Vite a croce M3x10	2	67	Copri ruota	2
32	Dado in nylon M8	10	68	Tappo di chiusura 30x30	2
33	Dado in nylon M10	6	69	Tappo di chiusura 15x30	2
34	Rondella $\phi 20 \times \phi 10,5 \times \text{t}1,0$	10	70	Boccola in plastica	1
35	Rondella $\phi 17 \times \phi 8,5 \times \text{t}1,0$	34	71	Ponte	1
36	Rondella $\phi 16 \times \phi 5,5 \times \text{t}1,0$	6	72	Tappeto da corsa	1

No.	Designazione	Pezzo	No.	Designazione	Pezzo
73	Fissaggio della guida del piede ϕ 22* 5*9 ϕ	8	97	Anello magnetico	2
74	Fissaggio della guida del piede ϕ 25* 5*5 ϕ	10	98	Chiave	1
75	Connettore di supporto anteriore	1	99	Supporto motore	1
76	Motore	1	100	Dado	8
77	Controllore	1	101	Cavo di rete	1
78	Cavo CA 400 mm nero	1	102	Tappetino antiscivolo	1
79	Cavo CA 400 mm rosso	1	103	Superficie di ricarica wireless	1
80	Cavo CA 100 mm rosso	1	104	Scheda PCB Console	1
81	Rondella elastica ϕ 10* ϕ 7*28,5	1	105	Set di manopole rotanti	1
82	Cavo di segnale superiore	1	106	Display della scheda PCB	1
83	Cavo di segnale centrale	1	107	Supporto per tablet	1
84	Fondo del cavo di segnale	1	108	Copertura della superficie di ricarica wireless	1
85	Puleggia folle anteriore	1	109	Adesivo per la tastiera della console	1
86	Puleggia folle posteriore	1	110	Adesivi per console	1
87	Cilindro	1	111	Portabottiglie destro	1
88	Motore di inclinazione	1	112	Gabbia per bottiglie a sinistra	1
89	Canna del cilindro interno	1	113		1
90	Esterno della canna del cilindro	1	114	Inserto in schiuma	1
91	Polsino di sicurezza	1	115	Inserto in schiuma a destra	1
92	Tappo per tubo cavo	1	116	Vite autofilettante M4x16	4
93	Tappo di tenuta quadrato	1	117	Vite ad esagono cavo M6x40	1
94	Presca IEC	1	118	Dado in nylon M6	2
95	Interruttore di rete	1	119	Rondella ϕ 6,5* ϕ 13*T1,5	2
96	Interruttore a fusibile	1	120	Vite a testa piatta M4x19	4

VISTA ESPLOSIVA



FUNZIONAMENTO DEL COMPUTER



FUNZIONI CHIAVE

- A.** Angolo di inclinazione Pulsanti di selezione diretta
- B.** Con i pulsanti INCLINE "+" e "-" è possibile aumentare/diminuire l'angolo di inclinazione del tapis roulant.
- C.** Con il pulsante "PROG" è possibile selezionare il programma desiderato prima di iniziare l'allenamento.
- D.** Premere il pulsante "START" per avviare il funzionamento del tapis roulant. Questo pulsante si trova sotto il display principale
- E.** È possibile arrestare il tapis roulant di allenamento con il pulsante "STOP". Questo pulsante si trova sotto il display principale.
- F.** Con il tasto "MODE" è possibile selezionare i programmi manuali.
- G.** È possibile aumentare/diminuire la velocità utilizzando i pulsanti SPEED "+" e "-".
- H.** Pulsanti di selezione diretta della velocità

DISPLAY

TEMPO		0:00 - 99:00 min
VELOCITÀ		1 - 24 km/h
DISTANZA		0:00 - 99:99 km
CALORIE		1 - 999 kcal
IMPULSO		0 - 220 BPM
INCLINAZIONE		1-20

Funzionamento del computer "Programma manuale"

1. Collegare il cavo di rete
2. Accendere il tapis roulant
3. Posizionare la chiave di sicurezza nella posizione designata sul computer.
4. Premere Start. Viene eseguito un conto alla rovescia di 5-4-3-2-1, quindi il tapis roulant si avvia.
5. È possibile modificare la velocità utilizzando i pulsanti SPEED +/-.

Se si desidera effettuare impostazioni quali tempo, distanza, calorie nel programma manuale, è possibile effettuare le preimpostazioni prima di iniziare. Premere il pulsante MODE per passare alle rispettive visualizzazioni:

- **Tempo:** il tempo di allenamento può essere modificato premendo i pulsanti SPEED +/- (5-99 minuti). L'impostazione predefinita è 30:00 minuti. Premere PROGRAMMA per passare alla voce successiva.
- **Distanza:** la distanza può essere modificata premendo i pulsanti SPEED +/- (1,0 - 99,0 km). L'impostazione predefinita è 1,0 km. Premere MODE per passare alla voce successiva.
- **Calorie:** Le calorie possono essere modificate premendo i pulsanti SPEED +/- (20-990 cal). L'impostazione predefinita è 50 calorie.

Una volta inseriti gli obiettivi, premere Avvio. Il tapis roulant si avvia e funziona finché non viene raggiunto uno degli obiettivi.

Premere il pulsante STOP per arrestare il tapis roulant.

Il tapis roulant viene fermato tirando il cavo di sicurezza. Sul display appare E-07 e viene emesso un segnale acustico.

Funzionamento del computer "programmi di formazione predefiniti"

1. Collegare il cavo di rete
2. Accendere il tapis roulant
3. Posizionare la chiave di sicurezza nella posizione designata sul computer.
4. Premere il tasto PROGRAMMA finché non appare il programma desiderato (1-8). Per ogni programma è possibile scegliere tra 8 livelli diversi. È possibile confermare il programma desiderato con il tasto MODE. Utilizzare i pulsanti SPEED +/- per modificare l'impostazione dell'ora: l'impostazione predefinita è 30:00 minuti. Premere il pulsante START per avviare il programma. (I dettagli sui programmi sono riportati di seguito)

Programmi utente U1 - U3

Qui è possibile creare un programma secondo le proprie idee. A tale scopo, premere il pulsante Programma finché non appare U01 (U02, U03). Confermare con Modo. A questo punto è possibile modificare i singoli segmenti con il tasto Velocità +/- . Completare ogni segmento premendo il pulsante Modalità. Una volta terminata l'immissione dei 10 segmenti, premere

"Avvio" e si può iniziare con il proprio profilo di corsa personalizzato. I dati inseriti vengono salvati nel rispettivo profilo e possono essere richiamati in qualsiasi momento.

Programmi HRC (questa funzione si applica solo ai tapis roulant con funzione HRC)

Premere il tasto PROGRAMMA finché non appare "HP1 o HP2 o HP3".

Premere il pulsante "START" per iniziare.

Programma "HP1", velocità massima 8,0 km/h, età 30/ frequenza cardiaca predefinita 150

Programma "HP2", velocità massima 9,0 km/h, età 30/ frequenza cardiaca predefinita 160

Programma "HP3", velocità massima 10,0 km/h, età 30/ frequenza cardiaca predefinita 170

1. Quando si utilizza il pulsante MODE per inserire l'impostazione dell'età, la finestra della velocità visualizza 30 e l'utente può utilizzare il pulsante di inclinazione per modificare l'età come desidera, impostando l'età da 15 a 80 (vedere i dettagli sulla frequenza cardiaca di seguito).
2. Dopo aver impostato l'età, utilizzare il pulsante MODE: il sistema consiglierà un obiettivo di frequenza cardiaca e lo visualizzerà nella finestra. I valori della frequenza cardiaca devono essere utilizzati solo come riferimento. A seconda della propria situazione fisica, è possibile aumentarli o diminuirli. La frequenza cardiaca può essere impostata da 86 a 179.
3. Premere il pulsante MODE per entrare nello stato di attesa o premere il pulsante START per iniziare.
4. Se si utilizza il programma HRC, è possibile utilizzare il pulsante dell'inclinazione o della velocità, ma il sistema regolerà comunque la velocità o l'inclinazione per raggiungere l'obiettivo della frequenza cardiaca.
5. Avviare il programma HRC. Il primo minuto è il tempo di riscaldamento, il sistema non regola la velocità o l'inclinazione. Dopo 1 minuto, il sistema regola la velocità di 0,5 km/h ogni volta per raggiungere l'obiettivo impostato. Se si aumenta la velocità fino alla velocità massima e non si è ancora raggiunto l'obiettivo di frequenza cardiaca, il sistema aumenta il livello di pendenza per aumentare l'allenamento. Se la frequenza cardiaca è superiore all'obiettivo impostato, il sistema riduce il livello di pendenza di 1 livello/10 secondi fino a 0; se la frequenza cardiaca è ancora superiore all'obiettivo, si riduce di 0,5 km/h ogni 10 secondi.

Nota: per i programmi HRC è necessario utilizzare la fascia toracica wireless.

Funzione "Calcolo del grasso corporeo

1. Utilizzare il tasto "PROGRAMMA" per selezionare FAT (appare dopo HRC).
2. Sul display appariranno le diciture F1 e 1. Selezionare 1 per l'uomo e 2 per la donna premendo i pulsanti SPEED +/- 1 è l'impostazione predefinita.
3. Premendo il tasto MODE, sul display appaiono i simboli F2 e 25. Inserire l'età premendo il tasto SPEED +/- (da 10 a 99 anni).
4. Premendo il pulsante MODE, sul display appaiono le diciture F3 e 170. Inserire la propria altezza in cm premendo il pulsante SPEED +/- (da 100 a 199 cm).
5. Premendo il pulsante MODE, sul display appaiono i simboli F4 e 70. Inserire qui il proprio peso in kg premendo il pulsante SPEED +/- (da 20 a 150 kg).
6. Premendo il tasto MODE, sul display appaiono le diciture F5 e 05.
7. Qui è possibile determinare il valore del grasso corporeo (BMI, Body Mass Index). Misurare il grasso corporeo afferrando i sensori hand pulse con entrambe le mani per circa 8 secondi. Durante la misurazione, sul display lampeggia "- - - -".

Come linea guida: il grasso corporeo sotto i 18 anni è magro, da 19 a 23 anni è normale, da 24 a 28 anni è sovrappeso.

Funzione della "chiave di sicurezza

Il tapis roulant smette di funzionare quando si toglie la chiave di sicurezza. Sul display appare la scritta SAFE e viene emesso un segnale acustico. Quando si reinserisce la chiave di sicurezza, il display si azzerà. Durante l'allenamento, indossare sempre la chiave di sicurezza attaccata ai vestiti. Se si inciampa o si ha un altro incidente durante la corsa, questo serve a garantire che il tapis roulant si fermi e che non ci si possa ferire.

Tabella dei programmi

P1. Decollo																			
CAMBIAMENTI DI VELOCITÀ		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Livello 1	VELOCITÀ	1	2	2	3	3	3	4	5	6	6	7	6	5	4	4	3	2	2
Livello 2	VELOCITÀ	1	2	2	3	4	4	5	6	8	8	10	8	8	5	5	3	2	2
Livello 3	VELOCITÀ	1	2	3	4	5	5	6	8	9	10	12	10	8	7	6	4	3	2
Livello 4	VELOCITÀ	1	2	3	4	6	7	8	10	11	12	13	11	10	8	7	5	4	2
Livello 5	VELOCITÀ	2	3	4	5	7	7	8	10	12	14	14	13	12	10	9	6	4	2
Livello 6	VELOCITÀ	2	3	4	5	7	9	10	12	13	14	14	13	12	10	9	6	5	3
Livello 7	VELOCITÀ	2	3	5	6	8	9	10	12	13	14	15	13	12	10	9	6	6	3
Livello 8	VELOCITÀ	2	3	5	6	8	10	12	14	14	15	15	14	13	11	9	7	6	3
P2. Resistenza																			
VARIAZIONI DI VELOCITÀ E PENDENZA		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Livello 1	INCLINAZIONE	1	1	2	3	4	5	6	7	7	8	8	7	7	5	4	2	1	1
	VELOCITÀ	1	1	2	2	3	4	5	6	6	7	7	6	6	4	3	2	1	1
Livello 2	INCLINAZIONE	1	2	3	4	5	6	7	8	8	9	9	8	8	6	5	3	2	1
	VELOCITÀ	1	2	2	3	4	5	6	7	7	8	8	7	7	5	4	2	2	1
Livello 3	INCLINAZIONE	1	2	4	5	6	7	8	9	9	10	10	9	9	7	6	4	2	1
	VELOCITÀ	1	2	3	4	5	6	7	8	8	9	9	8	8	6	5	3	2	1
Livello 4	INCLINAZIONE	2	3	5	6	7	8	9	10	10	11	11	10	10	8	7	5	3	2
	VELOCITÀ	2	2	4	5	6	7	8	9	9	10	10	9	9	7	6	4	2	2
Livello 5	INCLINAZIONE	2	4	6	7	8	9	10	11	11	12	12	11	11	9	8	6	4	2
	VELOCITÀ	2	3	5	6	7	8	9	10	10	11	11	10	10	8	7	5	3	2
Livello 6	INCLINAZIONE	3	5	7	8	9	10	11	12	12	13	13	12	12	10	9	7	5	3
	VELOCITÀ	2	4	6	7	8	9	10	11	11	12	12	11	11	9	8	6	4	2
Livello 7	INCLINAZIONE	4	6	8	9	10	11	12	13	13	14	14	13	13	11	10	8	6	4
	VELOCITÀ	3	5	7	8	9	10	11	12	12	13	13	12	12	10	9	7	5	3
Livello 8	INCLINAZIONE	5	7	9	10	11	12	13	14	14	15	15	14	14	12	11	9	7	5
	VELOCITÀ	4	6	8	9	10	11	12	13	13	14	14	13	13	11	10	8	6	4

P3. Bruciare il grasso corporeo

VARIAZIONI DI VELOCITÀ E PENDENZA		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Livello 1	INCLINAZIONE	1	1	2	2	3	3	4	5	5	5	5	4	4	3	2	2	1	1
	VELOCITÀ	1	2	3	3	5	6	7	8	8	8	8	7	7	5	4	3	2	1
Livello 2	INCLINAZIONE	1	1	2	2	3	4	5	6	6	6	6	5	5	4	3	2	1	1
	VELOCITÀ	1	2	3	4	6	7	8	9	9	9	9	8	8	6	5	3	2	1
Livello 3	INCLINAZIONE	1	1	2	3	4	5	6	7	7	7	7	6	6	4	3	2	1	1
	VELOCITÀ	1	2	4	5	7	8	9	10	10	10	10	9	9	7	6	4	2	1
Livello 4	INCLINAZIONE	1	2	3	4	5	6	7	8	8	8	8	7	7	5	4	3	2	1
	VELOCITÀ	2	3	5	6	8	9	10	11	11	11	11	10	10	8	7	5	3	2
Livello 5	INCLINAZIONE	1	2	3	4	6	7	8	9	9	9	9	8	8	6	5	3	2	1
	VELOCITÀ	2	4	6	7	9	10	11	12	12	12	12	11	11	9	8	6	4	2
Livello 6	INCLINAZIONE	2	3	4	5	7	8	9	10	10	10	10	9	9	7	6	4	3	2
	VELOCITÀ	3	5	7	8	10	11	12	13	13	13	13	12	12	10	9	7	5	3
Livello 7	INCLINAZIONE	2	3	5	6	8	9	10	11	11	11	11	10	10	8	7	5	3	2
	VELOCITÀ	4	6	8	9	11	12	13	14	14	14	14	13	13	11	10	8	6	4
Livello 8	INCLINAZIONE	2	4	6	7	9	10	11	12	12	12	12	11	11	9	8	6	4	2
	VELOCITÀ	4	7	9	10	12	13	14	15	15	15	15	14	14	12	11	9	7	4

P4. Funzionamento dell'alimentazione

CAMBIAMENTI DI VELOCITÀ		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Livello 1	VELOCITÀ	1	1	2	2	3	3	4	4	4	4	4	4	3	2	2	2	1	1
Livello 2	VELOCITÀ	1	2	2	2	3	3	4	4	5	4	4	4	3	3	2	2	1	1
Livello 3	VELOCITÀ	1	2	2	3	3	4	4	5	5	5	4	4	4	3	3	2	1	1
Livello 4	VELOCITÀ	1	2	3	3	3	4	4	5	6	6	5	4	4	4	3	2	2	1
Livello 5	VELOCITÀ	1	2	3	4	4	5	5	5	6	6	6	5	4	4	4	3	2	1
Livello 6	VELOCITÀ	1	2	3	4	5	5	6	6	6	6	6	5	5	4	4	3	2	1
Livello 7	VELOCITÀ	1	2	3	4	5	6	6	7	7	6	6	6	5	5	4	3	2	1
Livello 8	VELOCITÀ	1	2	3	4	5	6	7	7	7	7	6	6	6	5	5	4	2	1

P5. Intervallo

CAMBIAMENTI DI VELOCITÀ		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Livello 1	VELOCITÀ	1	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2
Livello 2	VELOCITÀ	1	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2
Livello 3	VELOCITÀ	1	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2
Livello 4	VELOCITÀ	1	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3
Livello 5	VELOCITÀ	1	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3
Livello 6	VELOCITÀ	2	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4
Livello 7	VELOCITÀ	2	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4
Livello 8	VELOCITÀ	2	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5

P6. Rigenerazione

CAMBIAMENTI DI VELOCITÀ		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Livello 1	VELOCITÀ	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	1
Livello 2	VELOCITÀ	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	2
Livello 3	VELOCITÀ	2	3	4	5	4	3	4	5	4	3	4	5	4	3	4	5	4	3
Livello 4	VELOCITÀ	2	4	5	6	5	4	5	6	5	4	5	6	5	4	5	6	5	3
Livello 5	VELOCITÀ	2	5	6	7	6	5	6	7	6	5	6	7	5	6	7	6	5	3
Livello 6	VELOCITÀ	3	6	7	8	7	6	7	8	7	6	7	8	7	6	7	8	7	4
Livello 7	VELOCITÀ	3	7	8	9	8	7	8	9	8	7	8	9	8	7	8	9	8	4
Livello 8	VELOCITÀ	3	8	9	10	9	8	9	10	9	8	9	10	9	8	9	10	8	4

P7. Salita

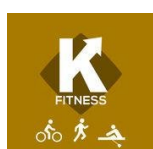
VARIAZIONI DI VELOCITÀ E PENDENZA		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Livello 1	INCLINAZIONE	0	1	1	2	2	3	3	4	4	5	6	7	8	7	6	4	2	0
	VELOCITÀ	1	1	2	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1	1
Livello 2	INCLINAZIONE	0	1	2	2	3	3	4	4	5	6	7	8	9	8	6	4	2	0
	VELOCITÀ	1	1	2	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1	1
Livello 3	INCLINAZIONE	1	1	2	3	3	4	4	5	6	7	8	9	10	9	8	6	4	2
	VELOCITÀ	1	1	2	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1	1
Livello 4	INCLINAZIONE	1	2	2	3	3	4	5	6	7	8	9	10	11	10	8	7	5	3
	VELOCITÀ	2	2	3	3	4	4	4	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2
Livello 5	INCLINAZIONE	1	2	3	4	5	6	7	8	9	9	10	11	12	11	10	8	6	4
	VELOCITÀ	2	2	3	3	4	4	4	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2
Livello 6	INCLINAZIONE	2	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	12	10	8	6	4
	VELOCITÀ	2	2	3	3	4	4	4	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2
Livello 7	INCLINAZIONE	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	13	10	8	6	4
	VELOCITÀ	2	2	4	4	5	5	5	6	6	6	5	5	4	4	4	2	2	2
Livello 8	INCLINAZIONE	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	13	10	8	6	4
	VELOCITÀ	2	2	4	4	5	5	5	6	6	6	5	5	4	4	4	2	2	2

P8. Allenamento in pendenza

VARIAZIONI DI VELOCITÀ E PENDENZA		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Livello 1	INCLINAZIONE	0	0	1	1	2	2	2	3	3	3	4	4	5	5	4	3	2	1
	VELOCITÀ	2	2	2	3	3	3	5	5	7	7	9	9	10	8	8	6	4	2
Livello 2	INCLINAZIONE	0	0	1	1	2	2	2	3	3	3	4	4	5	6	5	3	2	1
	VELOCITÀ	2	2	2	4	4	4	6	6	6	8	8	10	10	8	8	6	4	2
Livello 3	INCLINAZIONE	0	0	1	1	2	2	3	3	3	4	4	5	5	6	5	3	2	1
	VELOCITÀ	2	2	4	4	4	6	6	6	8	8	10	10	12	10	8	6	4	2
Livello 4	INCLINAZIONE	0	1	1	2	2	3	3	4	4	4	5	5	6	7	6	5	3	2
	VELOCITÀ	2	2	4	4	6	6	8	8	8	10	10	10	12	12	10	7	5	3
Livello 5	INCLINAZIONE	1	1	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7	8	7	6	3	2
	VELOCITÀ	2	4	6	6	6	6	8	8	8	10	10	12	13	12	10	7	5	3
Livello 6	INCLINAZIONE	1	2	3	4	4	4	5	5	6	6	7	8	8	8	7	6	3	2
	VELOCITÀ	2	4	6	6	6	6	8	8	10	10	12	13	13	12	10	7	5	3
Livello 7	INCLINAZIONE	1	2	3	4	5	6	6	7	7	8	8	9	10	10	9	6	3	2
	VELOCITÀ	2	4	6	6	8	8	10	10	12	13	13	14	13	12	10	7	5	3
Livello 8	INCLINAZIONE	1	2	3	4	6	6	7	7	8	8	9	9	10	12	9	6	3	2
	VELOCITÀ	2	4	6	8	10	10	12	12	13	13	14	14	13	12	10	7	5	3

FORMAZIONE INERATTIVA (FACOLTATIVA)

I dispositivi fitness dotati di tecnologia Bluetooth possono essere collegati alle applicazioni fitness compatibili. I programmi "Kinomap", "Zwift" e "Fitshow" sono attualmente disponibili per iOS e Android.



1. Scaricare l'applicazione desiderata sul proprio dispositivo mobile
2. Registrarsi in base alle specifiche della rispettiva applicazione
3. Attivare il Bluetooth nelle impostazioni del dispositivo mobile.
4. Accendere il dispositivo fitness
5. Aprire l'applicazione corrispondente
6. Selezionare il tipo di dispositivo
7. Selezionare la marca del dispositivo fitness
8. Selezionare il PROGRAMMA del dispositivo fitness
9. Collegare il dispositivo al dispositivo mobile tramite l'applicazione

PROBLEMI E RIMEDI

PROBLEMA	POSSIBILI CAUSE	RIMEDIO
Il tapis roulant non può essere avviato	Il cavo di alimentazione non è collegato	Collegare il cavo di rete
	L'interruttore di accensione/spegnimento non è impostato su On	Posizionare l'interruttore on/off su on
	Il fusibile della casa è saltato	Controllare i fusibili della casa
	Il cavo della rotaia destra è tranciato in alto o in basso.	Controllare il collegamento dei cavi utilizzando le istruzioni di montaggio
	La chiave di sicurezza dell'arresto di emergenza non è posizionata correttamente sulla console.	Rimuovere e riposizionare la chiave di sicurezza dell'arresto di emergenza
	Il fusibile del dispositivo è difettoso	Sostituire il fusibile del dispositivo
	Il cavo di collegamento tra il controller e la console si è staccato dal controller.	Controllare il collegamento della spina sulla centralina nel vano motore.
	Il trasformatore non è collegato correttamente o è difettoso	Controllare il trasformatore nel vano motore e, se necessario, sostituirlo.
Il tapis roulant si ferma improvvisamente	Il motore si spegne per sovraccarico	Controllare la lubrificazione e la tensione del tappeto di scorrimento come descritto nelle istruzioni di montaggio.
	Problema di elettronica	Controllare l'alimentazione come descritto sopra
Il tapis roulant va a scatti durante la corsa	Il tappetino di corsa è troppo largo e scivola	Regolare la tensione del tappeto di scorrimento come descritto nelle istruzioni di montaggio.
Il tapis roulant non funziona al centro	Il tapis roulant non è allineato correttamente	Centrare il tappeto da corsa come descritto nelle istruzioni di montaggio.
Il tapis roulant cigola senza carico (senza corridore)	La cinghia di trasmissione del motore non è centrata sulla puleggia del tendicinghia anteriore	Allineamento della cinghia di trasmissione
	Cinghia di trasmissione difettosa	Sostituire la cinghia di trasmissione
	Puleggia tendicinghia anteriore difettosa	Sostituire la puleggia folle anteriore
	Puleggia tendicinghia posteriore difettosa	Sostituire la puleggia folle posteriore
Il tapis roulant cigola sotto carico (con corridore)	Il tapis roulant non si adatta ai pavimenti irregolari	Regolazione dei piedini regolabili sul telaio anteriore
	Il piano di scorrimento si è allentato	Riavvitare il ponte di corsa
	Elementi di smorzamento usurati	Sostituire gli elementi di smorzamento
	Ponte di corsa rotto	Sostituire il ponte di corsa
Messaggio di errore sul display E-01	Computer difettoso	Sostituire la console
	Trasformatore difettoso	Sostituire il trasformatore nel vano motore
	Controllore difettoso	Sostituire il controller nel vano motore

PROBLEMA	POSSIBILI CAUSE	RIMEDIO
Sovraccarico E05	Cinghia motore troppo tesa	Regolazione della cinghia del motore
	Troppo poco olio di silicone	Pulire sotto il tappeto di scorrimento e aggiungere olio di silicone
	Motore difettoso	Sostituire il motore
Sovratensione E08	Tensione d'ingresso troppo alta	Controllare la tensione di ingresso
	Inverter difettoso	Sostituire l'inverter
Sovraccarico E09	Peso eccessivo dell'utente o scarsa lubrificazione della pedana	Pulire la parte inferiore della cinghia di trasmissione e aggiungere olio al silicone.
	Blocco noleggio puleggia folle	Controllare se alcune parti della superficie dell'aria sono bloccate
	Troppo poco olio di silicone	Pulire sotto il tappeto di scorrimento e aggiungere olio di silicone
	Sovraccarico del motore	Sostituire il motore
E10	I cavi dell'inverter non sono collegati correttamente	Collegare correttamente i cavi all'inverter
	Inverter difettoso	Sostituire l'inverter
E11	Inverter difettoso	Sostituire l'inverter
	Motore dell'angolo di inclinazione difettoso	Sostituire il motore dell'angolo di inclinazione
E12	Protezione dal surriscaldamento	Non utilizzare il tapis roulant finché non si è raffreddato.
---	Chiave di sicurezza rimossa	Reinserire la chiave di sicurezza
La miccia della casa si spegne	sono in funzione diversi elettrodomestici ad alta intensità energetica	Spegnere gli altri elettrodomestici
	Interruttore on-off difettoso	Sostituire l'interruttore
	Cortocircuito dovuto a un cavo difettoso	Controllare i cavi nel vano motore e, se necessario, sostituirli.
	Motore difettoso	Sostituire il motore
Nessun display della frequenza cardiaca	Il cavo Hand Pulse non è collegato correttamente	Controllare il collegamento del cavo con la console
	Sensori del polso della mano difettosi	Sostituzione dei sensori del polso della mano
	Circuito della console difettoso	Sostituire la console
	I sensori della fascia toracica non trasmettono il segnale	Inumidire bene i sensori
	Batteria della fascia toracica scarica	Sostituire la batteria
	Fascia toracica difettosa	Sostituzione della fascia toracica
	Fascia toracica codificata	Utilizzare la fascia toracica senza codifica

MANUTENZIONE / ASSISTENZA

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, verificare che l'apparecchio sia scollegato prima di iniziare la pulizia.

Importante: non utilizzare detergenti 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 sessione di 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.

Ogni sei mesi: il motore acceso aspira la polvere nel vano motore e può intasarlo. 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 l'apparecchio senza salire e far girare il nastro alla velocità minima per 5 minuti.



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

TENSIONE DEL TAPPETO DI SCORRIMENTO

Se il tappeto da corsa scivola o se si sente che vacilla durante i singoli passi, è necessario aumentare la tensione.

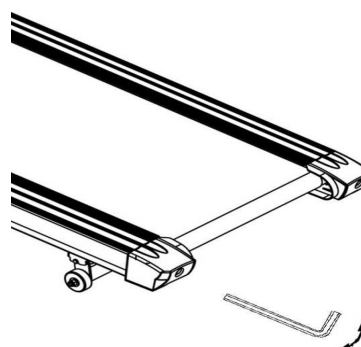
Ruotare la vite posteriore sinistra di 1/4 di giro in senso orario.

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 troppo il tappeto di scorrimento, per evitare di esercitare una pressione eccessiva sui cuscinetti a sfera.

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



CENTRATURA DEL TAPPETO DI CORSA

Le forze che si verificano durante la corsa possono causare un leggero spostamento del tappeto di corsa. Questo spostamento è normale e il nastro si regola da solo quando non c'è nessuno sopra. Se persiste, è necessario un intervento manuale.

Lasciare che il tapis roulant funzioni senza nessuno e aumentare la velocità 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 le operazioni sopra descritte fino a risolvere il problema.

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

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.

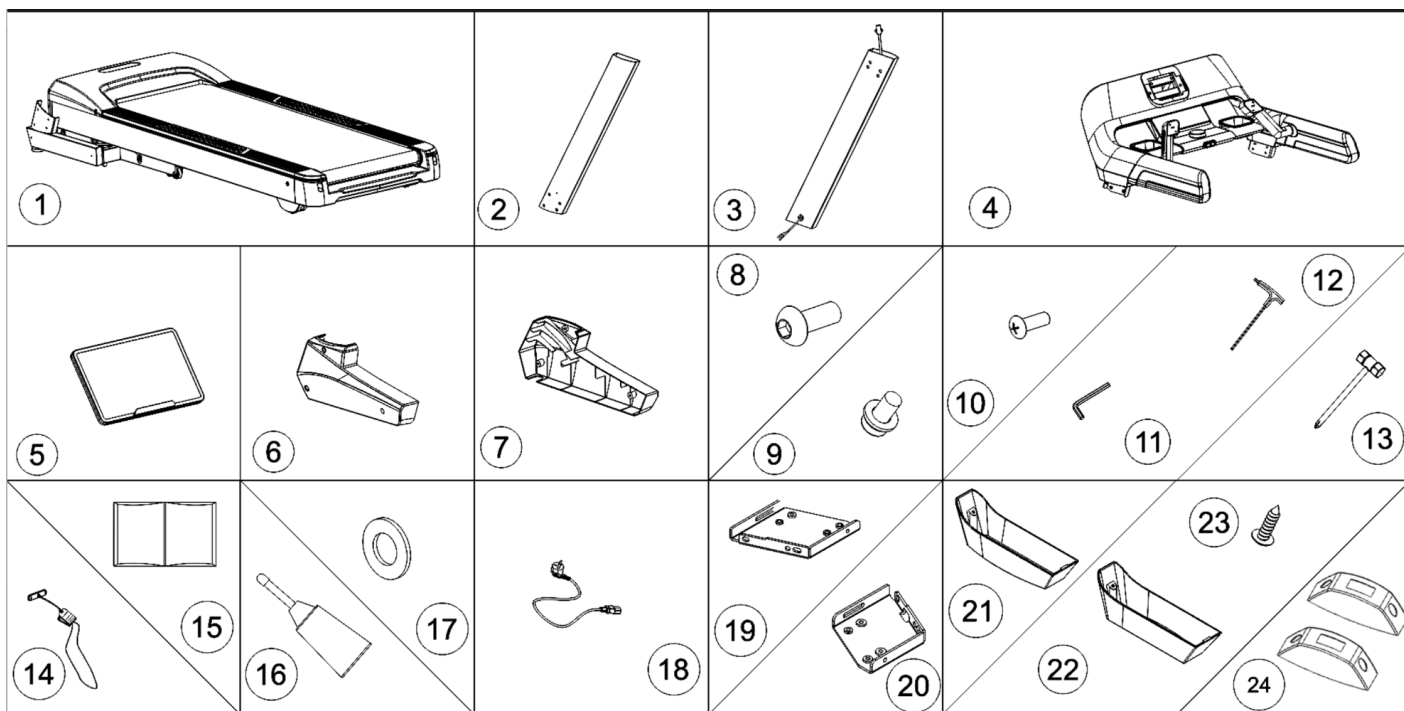


Do not dispose of electrical equipment in household waste. According to European Directive 2011/65/EC on waste electrical and electronic equipment and its transposition into national law, the following must be disposed of

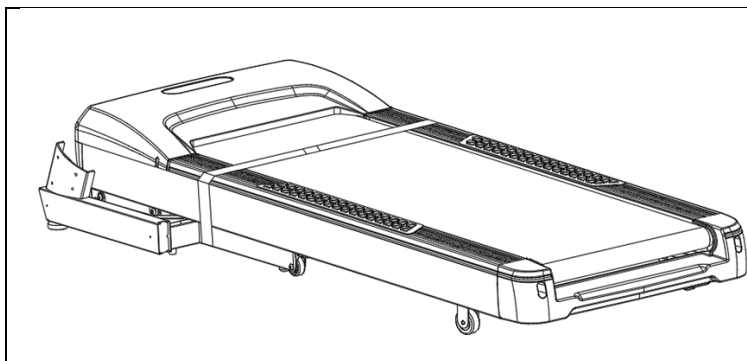
used electrical equipment must be collected separately and recycled in an environmentally friendly manner. If the products contain batteries or rechargeable batteries that are not permanently installed, these must be removed before disposal and disposed of separately as batteries.

OPEN THE BOX YOU CAN FIND THE ALL PARTS AS BELOW

PART LIST					
NO	DESCRIPTION	Q'TY	NO	DESCRIPTION	Q'TY
1	MAIN FRAME	1	13	SCREWDRIVER	1
2	LEFT UPRIGHT	1	14	SAFETY KEY	1
3	RIGHT UPRIGHT	1	15	USER MANUAL	1
4	CONSOLE SET	1	16	LUBRICATION OIL	1
5	COMPUTER PLASTIC	1	17	FLAT WASHER M8	22
6	BASE COVER-L	1	18	POWER CORD	1
7	BASE COVER-R	1	19	CONSOLE RACK BRACKET-L	1
8	HEXAGON SOCKET BUTTON HEAD BOLT M8*15	22	20	CONSOLE RACK BRACKET-R	1
9	HEXAGON SOCKET ROUND HEAD CAP BOLT M8*20	8	21	LEFT UPRIGHT COVER	1
10	CROSS RECESSED TRUSS HEAD BOLT M5*10	10	22	RIGHT UPRIGHT COVER	1
11	WRENCH #5	1	23	CROSS RECESSED PAN HEAD TAPPING SCREW M4*15	2
12	WRENCH #T6	1	24	FRAME WHEEL COVER	2

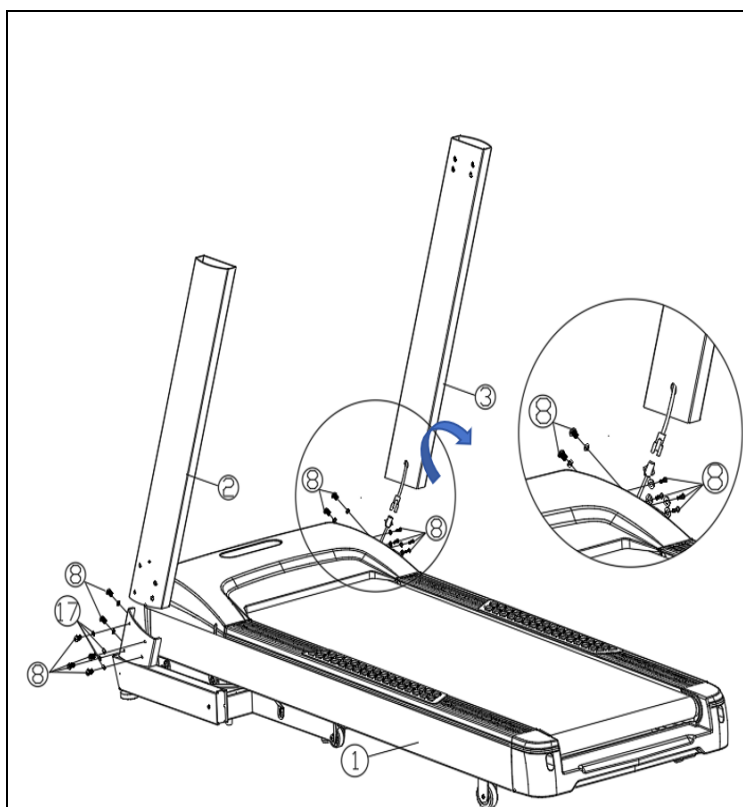


STEP 1



1. Please note that this treadmill needs at least 2 people to finish assembly.
2. Open the carton box, and take out all the protection foam and assembly parts.
3. Place the main frame on flat floor, peel off the Velcro tape that is tied to the base and frame.

STEP 2

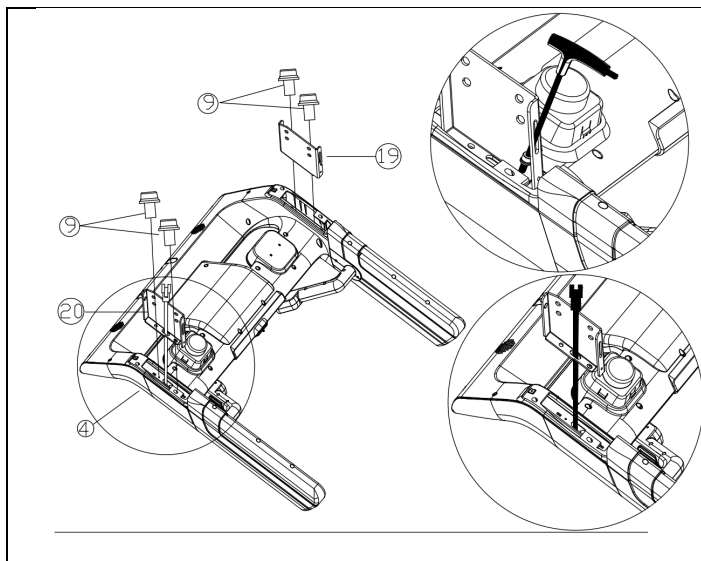


1. Take out the left upright (2) and match it with the frame (1), Align with the screw holes, then use **6pcs** M8x15 bolt (8) and **6pcs** M8(17) flat washers to install the left uprights onto the frame by wrench 5#(11).
2. Take out the right upright(3), Connect the signal cable that comes out from right side of the frame with the cable that comes out from lower part of right upright.
3. Align with the screw holes on the frame and upright, use **6pcs** M8x15 bolt (8) and **6pcs** M8 flat washers(17) to install the right uprights onto the frame by wrench 5#(11).

Be careful not to catch the wire when fastening the bolts.

Note: Do not fasten the bolts tightly.

STEP 3



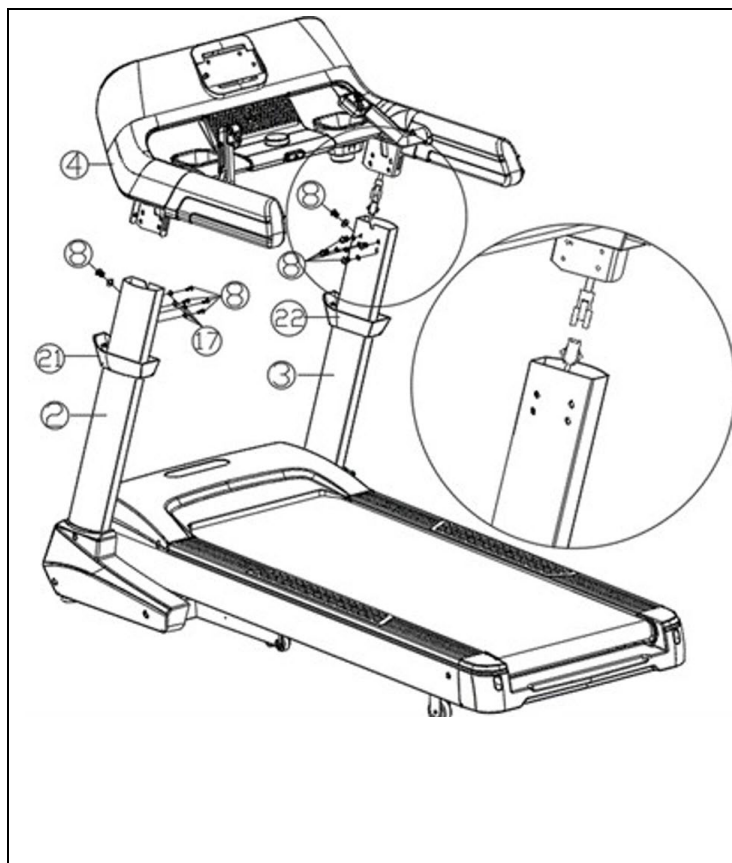
1. Take out the console set and right bracket(20), thread the signal cable through the cable hole as shown in the figure, use **2pcs** M8*20mm bolts(9) to fix the bracket(20) onto the console rack(4)

with T-type wrench(12).

1. Do the same on the left side.

Pay attention that T-type wrench should be go through the hole of the console rack bracket to tighten the bolt.

STEP 4



1. Take out the left upright cover (21) and right upright cover (22), Insert them onto the left and right uprights (2/3).

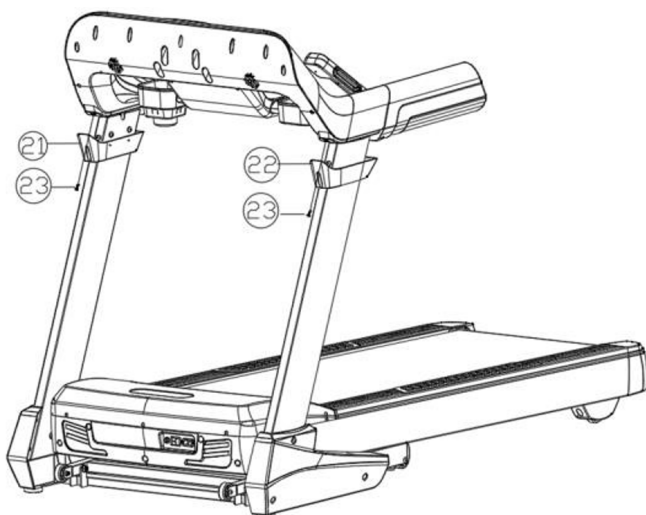
2. Two people respectively hold the console set (4), connect the cable extent from the console to the cable extent from right upright.

Pay attention to the connection of the cable, a wrong connection would cause damage of the connector.

3. Insert the left/right bracket of the console rack to the left upright (2) and right upright (3), use a 5# wrench (11) to install the console set onto the uprights with **10pcs** M8*15(8) bolts and **10pcs** M8 flat washers (17).

Pay attention not to get the cable damaged or clamped by the iron parts.

STEP 5

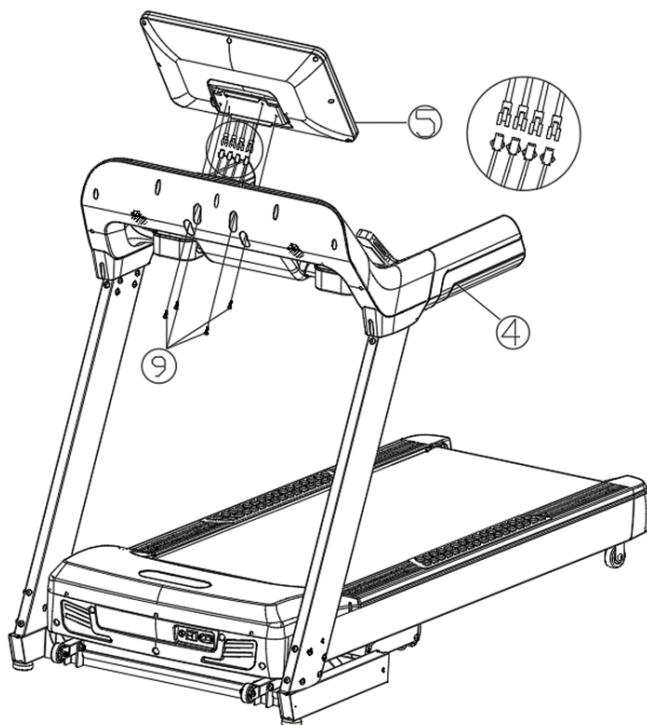


1. Push the upright cover - left (21) upwards and fix it with **1pc** M4*15 screw (23) by screwdriver (13).

2. Do the same on the right side.

Pay attention not to get the cable damaged or clamped by the iron parts

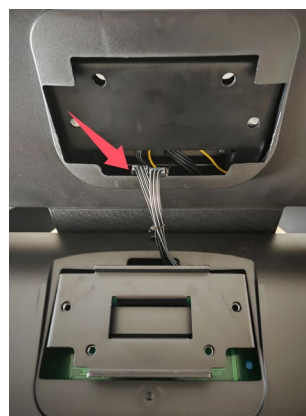
STEP 6



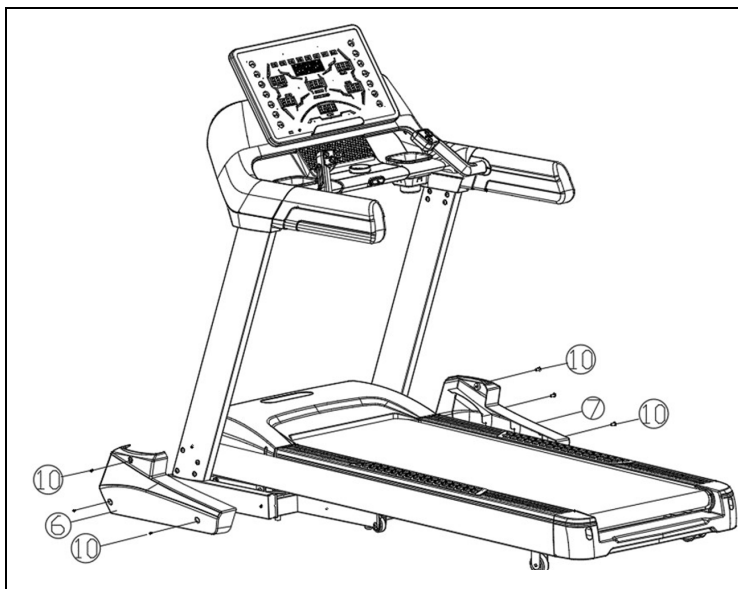
1. Take out the computer (5) from box, one person holds the computer (5), the other person connects the signal cables between computer and the console.

Pay attention to the cable connection, a bad connection could damage the connector. After connecting the 2 cables, please position them in the slot provided for this purpose to avoid damaging them.

2. Put the computer (5) onto the console rack, use a #6 T-type wrench (12) to fix the computer (5) onto the console rack (4) with **4pcs** bolts M8*20(9)

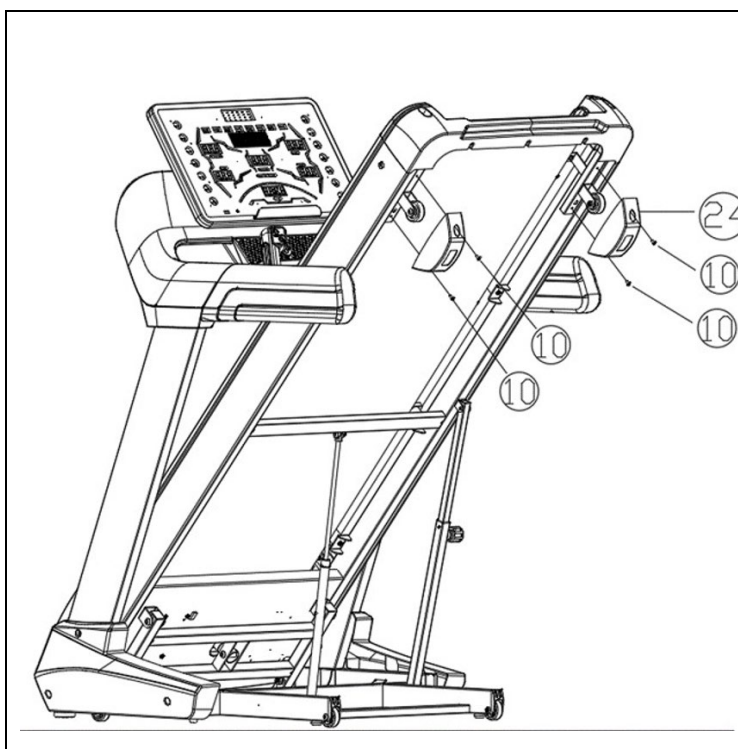


STEP 7



1. Tighten all bolts of the lower uprights.
2. Take out the left base cover(6) and right base cover(7), use a screwdriver(13) and **3pcs** M5x10mm screws(10) on each side to install them onto the bases of both sides.

STEP 8



1. Folding the frame.
2. Take out the frame wheel cover(24), match it to the frame, use a wrench #6(13) to install the frame wheel cover to the frame with **2pcs** M5*10 bolts(10).
3. Do the same on the other side.

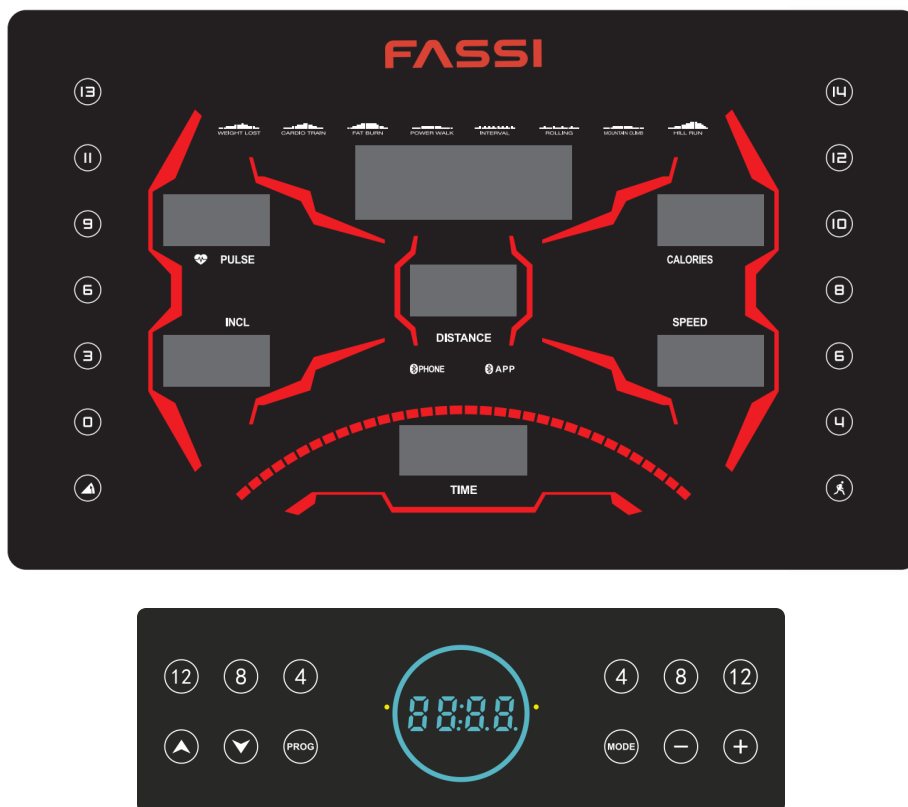
STEP 9

1. Please check if all screws are fastened.
2. Connect the power cord and attach the safety key on the console.

GENERAL SAFETY TIPS

- A.** Practice mounting and dismounting your treadmill before beginning your workout.
- B.** Attach the Safety Key to the Console (the treadmill will not operate without the Safety Key). Clip the other end of the Safety Key to your clothing before exercising to ensure the treadmill will stop if the user accidentally walks off the Treadmill.
- C.** If the user falls off the Treadmill, the Safety Key will come off the computer and the treadmill will stop at once to avoid injury.
- D.** Do not stand on the Running Belt while starting the Treadmill. Straddle the Belt and stand on the plastic Foot Rails.
- E.** The Treadmill will start at 1.0KM/H after a 3, 2, 1 countdown. If you are a new user, stay at a slow speed and hold onto the Hand Grips until you become comfortable.

QUICK REFERENCE GUIDE



DISPLAY FUNCTION TIME:

- TIME:** Accumulates total workout time from 5:00 to 99:00 minutes.
- PULSE:** When pulse single is detected by grasping both stainless steel pick-ups on front handrails, it will display your current heart rate in beats per minute .
- INCLINE:** Displays the current deck incline from starting at level 0 to 15.
- SPEED:** Displays the current belt speed or Display current program name.
- CALORIE:** Accumulates calorie consumption during exercise. From 20 ~ 990 KCAL.
- DISTANCE:** Accumulates total workout distance from 1.0 to 99.0 kilometer

GETTING STARTED

NOTES:

1. Check to make sure nothing is on or will hinder the movement of the treadmill.
2. Plug in the power cord and turn the treadmill ON.
3. Stand on the foot rails of the treadmill.
4. Attach the safety key clip to part of your clothing.
5. Put the safety key into the safety key hole in the console, and then the treadmill will be on start/ready status.
6. You have two options to start your workout:

A. Manual operation.

Simply press the START button to begin working out.

B. Count down operation.

Press MODE button to select TIME, DISTANCE or CALORIE count down operation.

C. SELECT PROGRAM

Pressing PROGRAM buttons to enter 64 preset programs or body fat function.

MANUAL OPERATION

STEP 1: Attach the Safety key to start the display up; the treadmill then will be on start/ready status.

STEP 2: Press the START button to begin belt movement after a 3 second count-down. Use the SPEED +/- or QUICK SPEED buttons to adjust the desired speed at any time during training; use the INCLINE ^/v or QUICK INCLINE buttons to adjust the Incline at any time during training.

STEP 3: To get a pulse reading, simply grasp stainless steel pick-ups on handrails. It may take a few seconds for the display to reach the actual number. The pulse rate will be displayed on PULSE window.

STEP 4: Press STOP button to stop your workout or pull safety key away from its position to shut down the computer.

COUNT DOWN OPERATION

NOTES:

On this function, one of TIME, DISTANCE, CALORIE can be set for count-down of your workout, the others will count-up during your workout, after one count-down reach zero, operation will be ended and stop the belt movement.

STEP 1: Attach the Safety key to wake display up; the treadmill then will be on start/ready status.

STEP 2: Press MODE button, the TIME window will display 30:00, press SPEED +/- button to set count-down TIME from 5:00 minutes to 99:00 minutes.

If you do not like to set TIME for count-down and pass to others, press MODE again, the DISTANCE window will display 1.0KM, you can set count-down DISTANCE from 1.0KM - 99.0KM.

If you do not like to set DISTANCE for count-down and pass to others, press MODE again, the CALORIE window will display 50CAL, you can set count-down CALORIE from

20 CAL to 990 CAL. The computer will go back to start/ready status by pressing RESET button.

STEP 3: After finishing setting count-down for your workout, press START to begin belt movement after 3 seconds count-down.

STEP 4: During the program you can adjust the speed and incline by pressing SPEED +/- and INCLINE +/- buttons, or QUICK SPEED and QUICK INCLINE keys to jump directly to a setting.

STEP 5: Press the round KNOB to stop your workout or pull safety key away from its position to shut down the computer.

SLEEPING MODE

The console will automatically enter sleeping mode after 10 minutes of inactivity, and the display will turn off. Press any button to wake up the console.

PRESET PROGRAMS OPERATION

NOTES:

All the preset programs are made up with 18 time-based segments; the speed and incline is preset on each segment. The elapse time of 16 segments on each program will be automatically arranged according to the time you set for your workout time.

STEP 1: Attach the Safety key to wake display up; the treadmill then will be on start/ready status.

STEP 2: Press PROGRAM button to scroll through the 64 programs, and BODY FAT function. After selecting a program, then press SPEED +/- buttons to modify the elapsing time. The pre-set elapsing time of each program is 30:00 minutes, and it can be set from 5:00 to 99:00 minutes. Press RESET button to go back to start/ready status.

STEP 3: After modifying the elapsing time, press START button to accept and begin your workout.

STEP 4: During procession of program you can adjust the SPEED and INCLINE by pressing SPEED +/- and INCLINE +/- buttons or use QUICK SPEED and QUICK INCLINE keys to jump directly to a setting.

However, the SPEED and INCLINE you adjust will only be effective on the ongoing segment, after the segment finished, the SPEED and INCLINE will process with preset values.

PRESET PROGRAM CHART

P1. WEIGHT LOST

SPEED CHANGES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Level 1	SPEED(KM/H)	1	2	2	3	3	3	4	5	6	6	7	6	5	4	4	3	2	2
Level 2	SPEED(KM/H)	1	2	2	3	4	4	5	6	8	8	10	8	8	5	5	3	2	2
Level 3	SPEED(KM/H)	1	2	3	4	5	5	6	8	9	10	12	10	8	7	6	4	3	2
Level 4	SPEED(KM/H)	1	2	3	4	6	7	8	10	11	12	13	11	10	8	7	5	4	2
Level 5	SPEED(KM/H)	2	3	4	5	7	7	8	10	12	14	14	13	12	10	9	6	4	2
Level 6	SPEED(KM/H)	2	3	4	5	7	9	10	12	13	14	14	13	12	10	9	6	5	3
Level 7	SPEED(KM/H)	2	3	5	6	8	9	10	12	13	14	15	13	12	10	9	6	6	3
Level 8	SPEED(KM/H)	2	3	5	6	8	10	12	14	14	15	15	14	13	11	9	7	6	3

P2. CARDIO TRAIN

SPEED & INCLINE CHANGES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Level 1	ELEVATION	1	1	2	3	4	5	6	7	7	8	8	7	7	5	4	2	1	1

	SPEED(KM/H)	1	1	2	2	3	4	5	6	6	7	7	6	6	4	3	2	1	1
Level 2	ELEVATION	1	2	3	4	5	6	7	8	8	9	9	8	8	6	5	3	2	1
	SPEED(KM/H)	1	2	2	3	4	5	6	7	7	8	8	7	7	5	4	2	2	1
Level 3	ELEVATION	1	2	4	5	6	7	8	9	9	10	10	9	9	7	6	4	2	1
	SPEED(KM/H)	1	2	3	4	5	6	7	8	8	9	9	8	8	6	5	3	2	1
Level 4	ELEVATION	2	3	5	6	7	8	9	10	10	11	11	10	10	8	7	5	3	2
	SPEED(KM/H)	2	2	4	5	6	7	8	9	9	10	10	9	9	7	6	4	2	2
Level 5	ELEVATION	2	4	6	7	8	9	10	11	11	12	12	11	11	9	8	6	4	2
	SPEED(KM/H)	2	3	5	6	7	8	9	10	10	11	11	10	10	8	7	5	3	2
Level 6	ELEVATION	3	5	7	8	9	10	11	12	12	13	13	12	12	10	9	7	5	3
	SPEED(KM/H)	2	4	6	7	8	9	10	11	11	12	12	11	11	9	8	6	4	2
Level 7	ELEVATION	4	6	8	9	10	11	12	13	13	14	14	13	13	11	10	8	6	4
	SPEED(KM/H)	3	5	7	8	9	10	11	12	12	13	13	12	12	10	9	7	5	3
Level 8	ELEVATION	5	7	9	10	11	12	13	14	14	15	15	14	14	12	11	9	7	5
	SPEED(KM/H)	4	6	8	9	10	11	12	13	13	14	14	13	13	11	10	8	6	4
P3. FAT BURN																			
SPEED & INCLINE CHANGES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Level 1	ELEVATION	1	1	2	2	3	3	4	5	5	5	5	4	4	3	2	2	1	1
	SPEED(KM/H)	1	2	3	3	5	6	7	8	8	8	8	7	7	5	4	3	2	1
Level 2	ELEVATION	1	1	2	2	3	4	5	6	6	6	6	5	5	4	3	2	1	1
	SPEED(KM/H)	1	2	3	4	6	7	8	9	9	9	9	8	8	6	5	3	2	1
Level 3	ELEVATION	1	1	2	3	4	5	6	7	7	7	7	6	6	4	3	2	1	1
	SPEED(KM/H)	1	2	4	5	7	8	9	10	10	10	10	9	9	7	6	4	2	1
Level 4	ELEVATION	1	2	3	4	5	6	7	8	8	8	8	7	7	5	4	3	2	1
	SPEED(KM/H)	2	3	5	6	8	9	10	11	11	11	11	10	10	8	7	5	3	2
Level 5	ELEVATION	1	2	3	4	6	7	8	9	9	9	9	8	8	6	5	3	2	1
	SPEED(KM/H)	2	4	6	7	9	10	11	12	12	12	12	11	11	9	8	6	4	2
Level 6	ELEVATION	2	3	4	5	7	8	9	10	10	10	10	9	9	7	6	4	3	2
	SPEED(KM/H)	3	5	7	8	10	11	12	13	13	13	13	12	12	10	9	7	5	3
Level 7	ELEVATION	2	3	5	6	8	9	10	11	11	11	11	10	10	8	7	5	3	2
	SPEED(KM/H)	4	6	8	9	11	12	13	14	14	14	14	13	13	11	10	8	6	4
Level 8	ELEVATION	2	4	6	7	9	10	11	12	12	12	12	11	11	9	8	6	4	2
	SPEED(KM/H)	4	7	9	10	12	13	14	15	15	15	15	14	14	12	11	9	7	4
P4. POWER WALK																			
SPEED CHANGES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Level 1	SPEED(KM/H)	1	1	2	2	3	3	4	4	4	4	4	4	3	2	2	2	1	1
Level 2	SPEED(KM/H)	1	2	2	2	3	3	4	4	5	4	4	4	3	3	2	2	1	1
Level 3	SPEED(KM/H)	1	2	2	3	3	4	4	5	5	5	4	4	4	3	3	2	1	1
Level 4	SPEED(KM/H)	1	2	3	3	3	4	4	5	6	6	5	4	4	4	3	2	2	1
Level 5	SPEED(KM/H)	1	2	3	4	4	5	5	5	6	6	6	5	4	4	4	3	2	1
Level 6	SPEED(KM/H)	1	2	3	4	5	5	6	6	6	6	6	5	5	4	4	3	2	1



Level 7	SPEED(KM/H)	1	2	3	4	5	6	6	7	7	6	6	6	5	5	4	3	2	1
Level 8	SPEED(KM/H)	1	2	3	4	5	6	7	7	7	7	6	6	6	5	5	4	2	1
P5. INTERVAL																			
SPEED CHANGES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Level 1	SPEED(KM/H)	1	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2
Level 2	SPEED(KM/H)	1	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2
Level 3	SPEED(KM/H)	1	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2
Level 4	SPEED(KM/H)	1	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3
Level 5	SPEED(KM/H)	1	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3
Level 6	SPEED(KM/H)	2	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4
Level 7	SPEED(KM/H)	2	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4
Level 8	SPEED(KM/H)	2	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5
P6. ROLLING																			
SPEED CHANGES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Level 1	SPEED(KM/H)	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	1
Level 2	SPEED(KM/H)	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	2
Level 3	SPEED(KM/H)	2	3	4	5	4	3	4	5	4	3	4	5	4	3	4	5	4	3
Level 4	SPEED(KM/H)	2	4	5	6	5	4	5	6	5	4	5	6	5	4	5	6	5	3
Level 5	SPEED(KM/H)	2	5	6	7	6	5	6	7	6	5	6	7	5	6	7	6	5	3
Level 6	SPEED(KM/H)	3	6	7	8	7	6	7	8	7	6	7	8	7	6	7	8	7	4
Level 7	SPEED(KM/H)	3	7	8	9	8	7	8	9	8	7	8	9	8	7	8	9	8	4
Level 8	SPEED(KM/H)	3	8	9	10	9	8	9	10	9	8	9	10	9	8	9	10	8	4
P7. MOUNTAIN CLIMB																			
SPEED & INCLINE CHANGES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Level 1	ELEVATION	0	1	1	2	2	3	3	4	4	5	6	7	8	7	6	4	2	0
	SPEED(KM/H)	1	1	2	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1	1
Level 2	ELEVATION	0	1	2	2	3	3	4	4	5	6	7	8	9	8	6	4	2	0
	SPEED(KM/H)	1	1	2	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1	1
Level 3	ELEVATION	1	1	2	3	3	4	4	5	6	7	8	9	10	9	8	6	4	2
	SPEED(KM/H)	1	1	2	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1	1
Level 4	ELEVATION	1	2	2	3	3	4	5	6	7	8	9	10	11	10	8	7	5	3
	SPEED(KM/H)	2	2	3	3	4	4	4	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2
Level 5	ELEVATION	1	2	3	4	5	6	7	8	9	9	10	11	12	11	10	8	6	4
	SPEED(KM/H)	2	2	3	3	4	4	4	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2
Level 6	ELEVATION	2	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	12	10	8	6	4
	SPEED(KM/H)	2	2	3	3	4	4	4	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2
Level 7	ELEVATION	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	13	10	8	6	4
	SPEED(KM/H)	2	2	4	4	5	5	5	6	6	6	5	5	4	4	4	2	2	2
Level 8	ELEVATION	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	13	10	8	6	4
	SPEED(KM/H)	2	2	4	4	5	5	5	6	6	6	5	5	4	4	4	2	2	2
P8. HILL RUN																			

SPEED & INCLINE CHANGES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Level 1	ELEVATION	0	0	1	1	2	2	2	3	3	3	4	4	5	5	4	3	2	1
	SPEED(KM/H)	2	2	2	3	3	3	5	5	7	7	9	9	10	8	8	6	4	2
Level 2	ELEVATION	0	0	1	1	2	2	2	3	3	3	4	4	5	6	5	3	2	1
	SPEED(KM/H)	2	2	2	4	4	4	6	6	6	8	8	10	10	8	8	6	4	2
Level 3	ELEVATION	0	0	1	1	2	2	3	3	3	4	4	5	5	6	5	3	2	1
	SPEED(KM/H)	2	2	4	4	4	6	6	6	8	8	10	10	12	10	8	6	4	2
Level 4	ELEVATION	0	1	1	2	2	3	3	4	4	4	5	5	6	7	6	5	3	2
	SPEED(KM/H)	2	2	4	4	6	6	8	8	8	10	10	10	12	12	10	7	5	3
Level 5	ELEVATION	1	1	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7	8	7	6	3	2
	SPEED(KM/H)	2	4	6	6	6	6	8	8	8	10	10	12	13	12	10	7	5	3
Level 6	ELEVATION	1	2	3	4	4	4	5	5	6	6	7	8	8	8	7	6	3	2
	SPEED(KM/H)	2	4	6	6	6	6	8	8	10	10	12	13	13	12	10	7	5	3
Level 7	ELEVATION	1	2	3	4	5	6	6	7	7	8	8	9	10	10	9	6	3	2
	SPEED(KM/H)	2	4	6	6	8	8	10	10	12	13	13	14	13	12	10	7	5	3
Level 8	ELEVATION	1	2	3	4	6	6	7	7	8	8	9	9	10	12	9	6	3	2
	SPEED(KM/H)	2	4	6	8	10	10	12	12	13	13	14	14	13	12	10	7	5	3

USING THE PULSE FUNCTION

The PULSE window on your computer works in conjunction with the Pulse Sensors on both handrail pulse. When you are ready to read your pulse:

1. Place both hands firmly on the Pulse Sensors. For the most accurate reading, it is important to use both hands.
2. Your estimated heart rate will display in the PULSE window approximately 10 seconds after you grasp the Pulse Sensors.
3. This estimate is not exact and persons with medical conditions and/or a specific need for accurate heart rate monitoring should not rely on the estimations provided.

HEART RATE CONTROL PROGRAMS:

Press PROG to choose between "Hr1", "Hr2" or "Hr3", and then press MODE to set age and target heart rate, then press MODE to set a target workout time, after completing these steps press START to begin your workout. Age setting range is 15 - 80 and the target heart rate range is from 80 to $(220 - \text{age}) \times 0.9$.

Hr1: Initial speed is 1km/h and incline is 0. After running 1minute with 1km/h, the treadmill will adjust the speed every 30 seconds as follows:

A: If (Target heart rate - User heart rate) > 30, the speed will increase by 2.0km/h;

B: If (Target heart rate - User heart rate) < 30, the speed will decrease by 1.0km/h;

C: If (User heart rate - Target heart rate) > 30, the speed will decrease by 2.0km/h;

D: If (User heart rate - Target heart rate) < 30, the speed will decrease by 1.0km/h;

Hr2: Initial speed is 4km/h and incline is 4. After running 1minute with 4km/h, the treadmill will adjust the incline every 30 seconds as follows:

A: If (Target heart rate - User heart rate) > 30, the incline will increase by 2 level;

B: If (Target heart rate - User heart rate) < 30, the incline will decrease by 1 level;

C: If (User heart rate - Target heart rate) > 30, the incline will decrease by 2 level;

D: If (User heart rate - Target heart rate) < 30, the incline will decrease by 2 level.

Hr3: Initial speed is 3km/h and incline is 2. After running 1minute with 3km/h, the treadmill will adjust the incline and speed every 30 seconds as follows:

A: If (Target heart rate - User heart rate) > 30, the speed will increase by 2.0km/h, and incline will increase by 1 level;

- B: If $(\text{Target heart rate} - \text{User heart rate}) < 30$, the speed will decrease by 1.0km/h, and incline will decrease by 1 level;
- C: If $(\text{User heart rate} - \text{Target heart rate}) > 30$, the speed will decrease by 2.0km/h, and incline will decrease by 1 level;
- D: If $(\text{User heart rate} - \text{Target heart rate}) < 30$, the speed will decrease by 1.0km/h, and incline will decrease by 1 level;
- The speed will reduce to 1.0km/h once the user's heart rate exceeds $(220 - \text{age})$. The console will beep every second, and the treadmill will stop after 15 seconds of sustained high heart rate.
 - The speed will reduce to 1.0 km/h if the console does not detect heart rate signal in 1 minute. The console will beep every second, and the treadmill will stop after 15 seconds of continued signal loss.

CONNECT SMART PHONE

If the treadmill have the bluetooth function, then connect the smart phone as follow steps:

STEP1: Turn on the Bluetooth of the smart phone, search the device, and click to connect the devices .

STEP2: After the connection, the voice of smart phone will be played by the speaker on the computer.

USER PROGRAMS:

From standby mode, press PROG until the console shows U1,U2 or U3.

Select from the 3 user programs.

Press SPD+/- to set a target workout time.

Press MODE to enter user program settings. Each user program is divided into 18 segments based on the target workout time;

Press SPD+/- or INC+/- to set the speed and incline.

Press MODE button to save the settings and move to the next segment until complete.

Press START to begin the workout.

Press SPD+/- or INC+/- to adjust the speed or incline during exercise.

The machine will beep at the end of each segment and automatically move to the next one with the speed and incline values you've set.

The dot matrix window will display the program's speed diagram, with lights blinking to indicate the current workout phase.

BODY FAT SCALE

From standby mode, press PROG button until "FAT" is displayed.

-Press MODE button to enter personal information.

Set data of F-1 to F-4 (F-1 GENDER, F-2 AGE, F-3 HEIGHT, F-4 WEIGHT) with SPD+/- buttons.

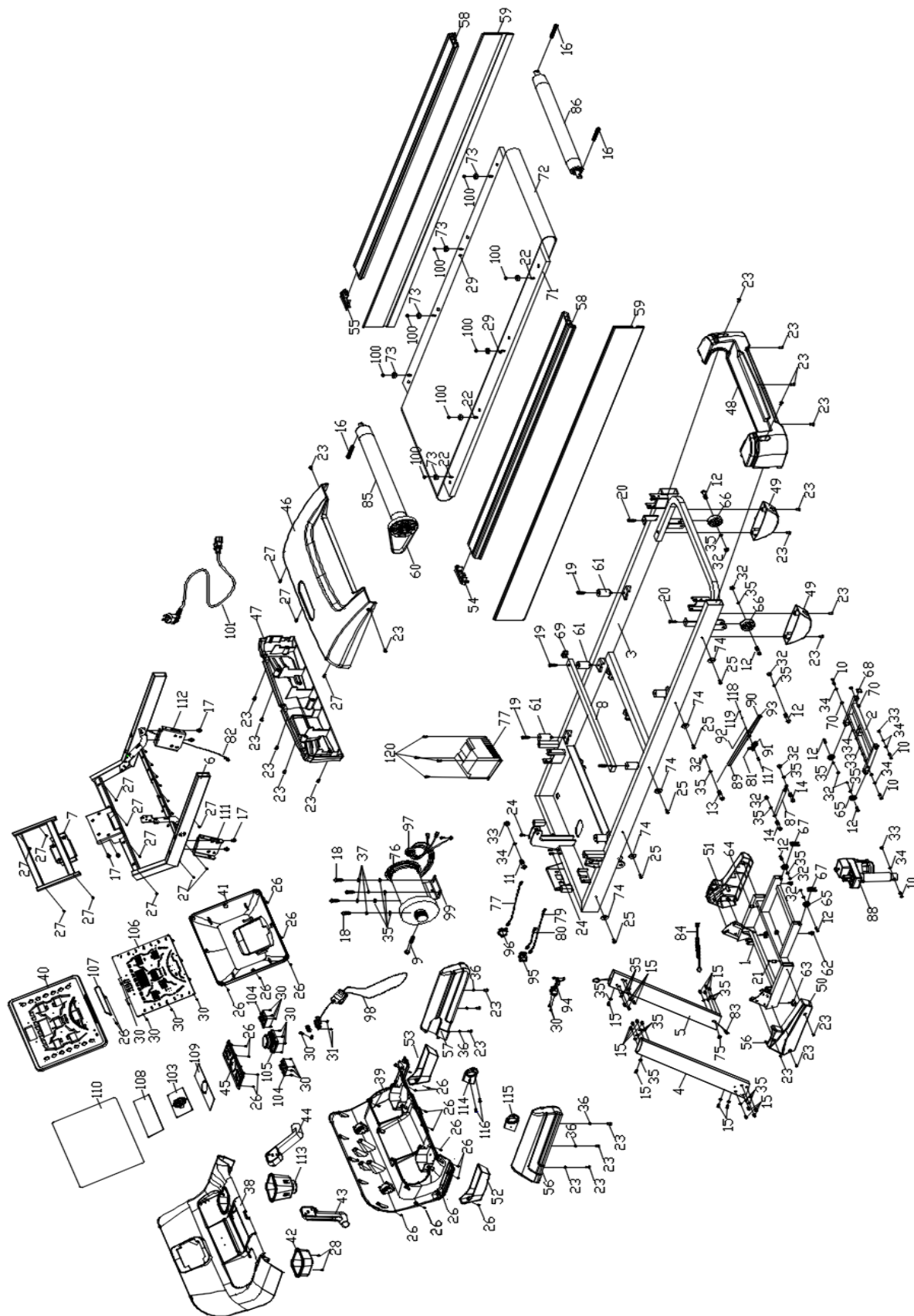
Press MODE after each setting to save the data and automatically move to next step.

- When you reach F-5 (BODY FAT TEST), hold your hands on the pulse sensors. The console will display your body fat value after 3 seconds.

-The body fat value is intended as a guide not for medical use.

F-1	Gender	01 male	02 female
F-2	Age	10-99	
F-3	Height	100-200CM	
F-4	Weight	20-150KG	
F-5	FAT	<19	Under weight
	FAT	=(20---25)	Normal weight
	FAT	=(26---29)	Overweight
	FAT	> 30	Excessively Overweight

EXPLODED VIEW



PART LIST

NO.	DESCRIPTION	Q'TY
1	BASE	1
2	INCLINE RACK	1
3	MAIN FRAME	1
4	LEFT UPRIGHT	1
5	RIGHT UPRIGHT	1
6	CONSOLE RACK	1
7	COMPUTER RACK	1
8	DECK REINFORCED BAR	1
9	EXTERNAL HEXAGONAL SCREW M8*70	1
10	HEXAGON SOCKET BUTTON HEAD BOLT	5
11	HEXAGON SOCKET BUTTON HEAD BOLT	1
12	HEXAGON SOCKET BUTTON HEAD BOLT	7
13	HEXAGON SOCKET BUTTON HEAD BOLT	2
14	HEXAGON SOCKET BUTTON HEAD BOLT	2
15	HEXAGON SOCKET BUTTON HEAD BOLT	22
16	HEXAGON SOCKET ROUND HEAD CAP BOLT	3
17	HEXAGON SOCKET ROUND HEAD CAP BOLT	8
18	HEXAGON SOCKET ROUND HEAD CAP BOLT	4
19	COUNTERSUNK HEXAGON SOCKET SCREW	6
20	COUNTERSUNK HEXAGON SOCKET SCREW	2
21	CROSS RECESSED TRUSS HEAD BOLT M6*20	2
22	CROSS RECESSED TRUSS HEAD BOLT M5*30	8
23	CROSS RECESSED TRUSS HEAD BOLT M5*10	28
24	CROSS RECESSED PAN WASHER HEAD	3
25	CROSS RECESSED ROUND HEAD DRILLING	10
26	CROSS RECESSED PAN HEAD TAPPING	42
27	CROSS RECESSED TRUSS HEAD BOLT M4*15	23
28	CROSS RECESSED TRUSS HEAD BOLT M4*8	2
29	CROSS RECESSED TRUSS HEAD DRILLING	2

NO.	DESCRIPTION	Q'TY
30	CROSS RECESSED TRUSS HEAD BOLT M3*10	26
31	CROSS RECESSED TRUSS HEAD BOLT M3*10	2
32	NYLON NUT M8	10
33	NYLON NUT M10	6
34	FLAT WASHER $\phi 20 * \phi 10.5 * t 1.0$	10
35	FLAT WASHER $\phi 17 * \phi 8.5 * t 1.0$	34
36	FLATE WASHER $\phi 16 * \phi 5.5 * t 1.0$	6
37	SPRING WASHER $\phi 14 * 8 \phi 5 t 2.5$	4
38	CONSOLE PLASTIC HOUSING-UPPER	1
39	CONSOLE PLASTIC HOUSING-BACK	1
40	COMPUTER UPPER COVER	1
41	COMPUTER BACK COVER	1
42	BOTTLE HOLDER	2
43	HANDRAIL BUTTON BAR-L	1
44	HANDRAIL BUTTON BAR-R	1
45	KEYPAD	1
46	MOTOR COVER	1
47	MOTOR FRONT COVER	1
48	REAR END CAP	1
49	FRAME WHEEL COVER	2
50	LEFT BASE COVER	1
51	RIGHT BASE COVER	1
52	LEFT UPRIGHT COVER	1
53	RIGHT UPRIGHT COVER	1
54	FOOT RAIL COVER(L)	1
55	FOOT RAIL COVER(R)	1
56	HANDRAIL FOAM(L)	1
57	HANDRAIL FOAM(R)	1
58	FOOT RAIL	2

NO.	DESCRIPTION	Q'TY
59	SIDE RAIL	2
60	MOTOR BELT	1
61	DECK CUSHION	6
62	BASE FOOT PAD	2
63	BASE LEVELING FOOT	2
64	BASE CUSHION $\phi 33 \times 33$	2
65	MOVING WHEEL $\phi 46 \times 18.5 \times \phi 8.5$	4
66	FRAME WHEEL $\phi 51 \times 22 \times \phi 8.5$	2
67	WHEEL COVER	2
68	SQUARE END CAP 30*30	2
69	SQUARE END CAP 15*30	2
70	PLASTIC BUSHION $\phi 18 \times \phi 12 \times \phi 10 \times 7$	8
71	RUNNING DECK	1
72	RUNNING BELT	1
73	FOOT RAIL FASTENER $\phi 22 \times \phi 5 \times 9$	8
74	FOOT RAIL FASTENER $\phi 25 \times \phi 5 \times 5$	10
75	CABLE GROMMET	1
76	MOTOR	1
77	CONTROLLER	1
78	AC CABLE L:400MM,BLACK	1
79	AC CABLE L:400MM,RED	1
80	AC CABLE L:100MM,RED	1
81	SPRING WASHER $\phi 10 \times \phi 7 \times 28.5$	1
82	SIGNAL WIRE(UP)	1
83	SIGNAL WIRE(MID)	1
84	SIGNAL WIRE(LOWER)	1
85	FRONT ROLLER	1
86	REAR ROLLER	1
87	AIR CYLINDER	1
88	INCLINE MOTOR	1
89	EXTERNAL CONTRACTION TUBE	1
90	INTERNAL CONTRACTION TUBE	1
91	SAFETY BRAKE	1

NO.	DESCRIPTION	Q'TY
92	HOLLOW PIPE PLUG	1
93	SQUARE INNER CAP	1
94	POWER CORD JACK	1
95	POWER SWITCH	1
96	CIRCUIT BREAKER	1
97	MAGNETIC RING	2
98	SAFETY KEY	1
99	MOTOR BASE	1
100	M6 NUT	8
101	POWER CORD	1
102	NON-SLIP PAD	2
103	WIRELESS PHONE CHARGER SET	1
104	KEYPAD PCB	2
105	ROLLER KNOB SET	1
106	DISPLAY PCB	1
107	IPAD RACK	1
108	WIRELESS CHARGER PAD	1
109	KEYPAD STICKER	1
110	CONSOLE STICKER	1
111	BOTTLE HOLDER BRACKET-L	1
112	BOTTLE HOLDER BRACKET-R	1
113	BOTTLE HOLDER	1
114	FOAM DECORATIVE PART-L	1
115	FOAM DECORATIVE PART-R	1
116	CROSS COUNTERSUNK SELF TAPPING SCREW	4
117	HEXAGON SOCKET BUTTON HEAD BOLT	1
118	NYLON NUT M6	1
119	FLAT WASHER $\phi 6.5 \times \phi 13 \times T1.5$	1
120	CROSS LARGE FLAT HEAD SCREWS M4*19	4

TROUBLE SHOOTING

PROBLEM	POSSIBLE CAUSES	CORRECTION
Console has no display	1. Not plugged in. 2. Defection on whole set cable or not plug well. 3. Overload protection. 4. Transformer burned.	1. Tighten into suitable outlet. 2. Plug every connector well. 3. Reset overload protector. 4. Replace transformer.
Treadmill belt slipping	1. Running belt too loose. 2. Motor belt too loose..	1. Tighten running belt. 2. Tighten motor belt.
Running belt not smooth	1. Lack lubrication oil 2. Running belt too tight.	1. Add lubrication oil to belt and deck. 2. Loose running belt.
Motor not work	1. Safety key not attached correctly. 2. Power cord of motor not connect well. 3. Whole set cable not plug well. 4. Controller damaged. 5. Motor damaged.	1. Insert safety pull pin. 2. Plug power cord of motor again. 3. Plug whole set cable again. 4. Replace controller. 5. Replace motor.
Treadmill power off automatically after high-speed running for a period of time	1. Lack lubrication oil. 2. Protector damaged.	1. Add lubrication oil to belt and deck. 2. Replace protector.

ERROR CODE	POSSIBLE CAUSES	CORRECTION
E01	1. Communication error between computer and inverter. 2. Computer error.	1. Connect the cable again or change new one. 2. Change a new computer.
E05	Over-current protection	1. Check whether there are any objects blocking the motor or running belt 2. Change a new motor.
E08	Over- voltage protection	1. Check the power supply. 2. Change a new inverter.
E09	1. Overloaded; 2. One of the parts of treadmill stuck; 3. Lack of lubrication oil 4. Motor damaged	1. Choose a high-power treadmill; 2. Check the stuck position; 3. Add lubrication oil to belt and deck; 4. Change a new motor.
E10	Default phase running	1. Check whether the three-phase cable is properly connected to inverter 2. Change a new inverter.
E11	Defection on inverter or incline motor.	Change a new inverter or incline motor.
E12	Overheating protection	Stop using the treadmill until it cool down.
---	Safety key off	Attached the safety key correctly.

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.

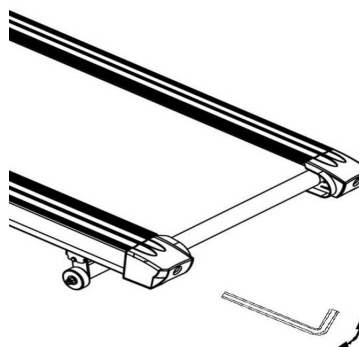
Turn the left rear screw 1/4 turn clockwise.

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.

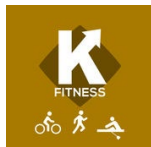
If the running mat moves to the right, turn the right rear screw clockwise a ¼ turn at a time.

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.

INTERACTIVE TRAINING (OPTIONAL)

Fitness devices equipped with Bluetooth technology can be connected with compatible fitness apps. Currently, the programs "Kinomap" and "Fitshow" are available for iOS and Android



1. Download the desired app on your mobile device
2. Register as specified by the respective app
3. Enable Bluetooth in the settings of your mobile device
4. Turn on your fitness equipment
5. Open the corresponding app
6. Choose your device type
7. Select the brand of your fitness equipment
8. Select the model of your fitness equipment
9. Connect the device to your mobile device via the app

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

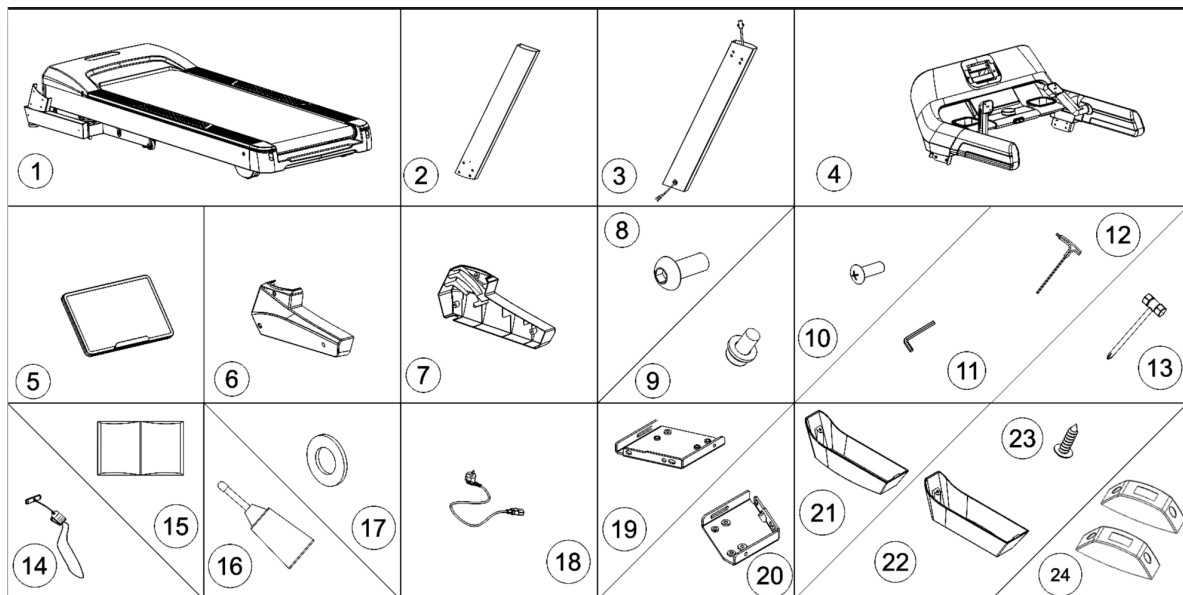


Die Verpackungsmaterialien sind recyclebar. Bitte die Verpackungen umweltgerecht entsorgen.



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

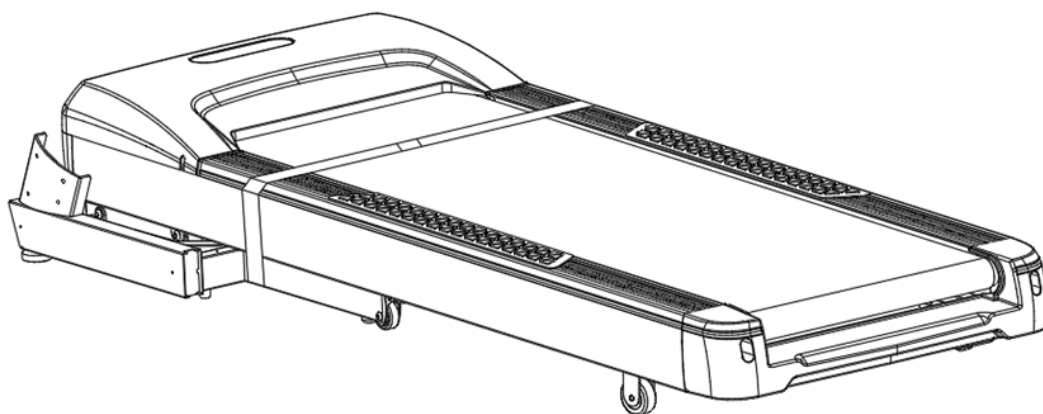


Beschreibung		Menge	Beschreibung		Menge
1	Lauffläche	1	13	Schraubendreher	1
2	Frontstütze links	1	14	Sicherheitsschlüssel	1
3	Frontstütze rechts	1	15	Handbuch	1
4	Konsole	1	16	Silikonöl	1
5	Display	1	17	Unterlegscheibe M8	22
6	Abdeckung links	1	18	Kabel	1
7	Abdeckung rechts	1	19	Konsolenhalterung links	1
8	Sechskantschraube M8x15	22	20	Konsolenhalterung rechts	1
9	Sechskantschraube M8x20	8	21	Konsolenabdeckung links	1
10	Kreuzschlitz Schraube M5x10	10	22	Konsolenabdeckung rechts	1
11	Inbusschlüssel S5	1	23	Gewindeschneidende Schraube M4x15	2
12	Schraubenschlüssel T6	1	24	Rollenabdeckung	2

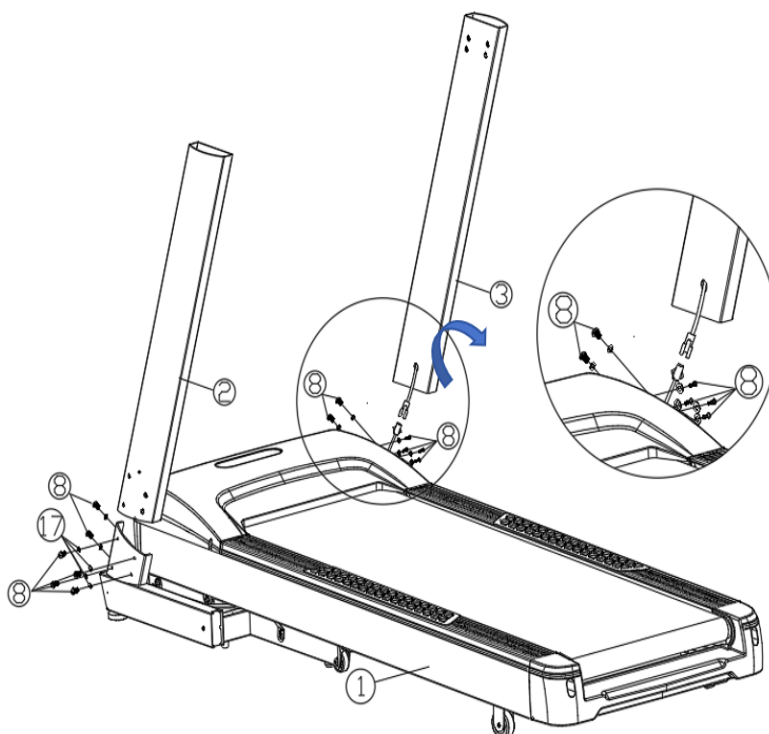
AUFBAUANLEITUNG

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.

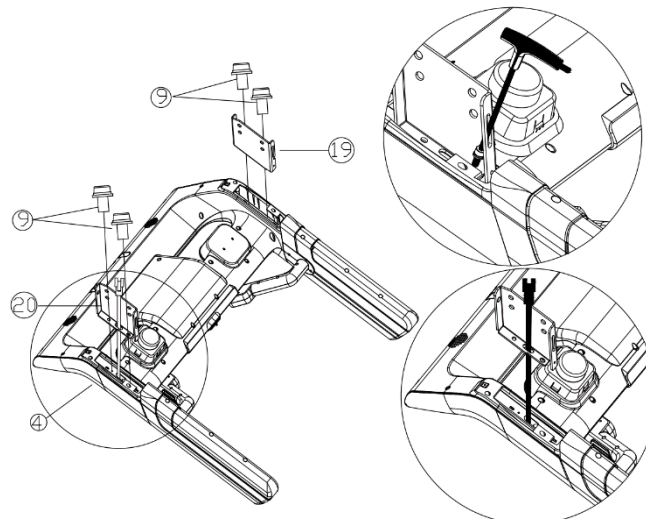
SCHRITT 1: Legen Sie den Hauptrahmen auf einen ebenen Boden und ziehen Sie das Klettband ab, das an der Lauffläche und am Rahmen befestigt ist.



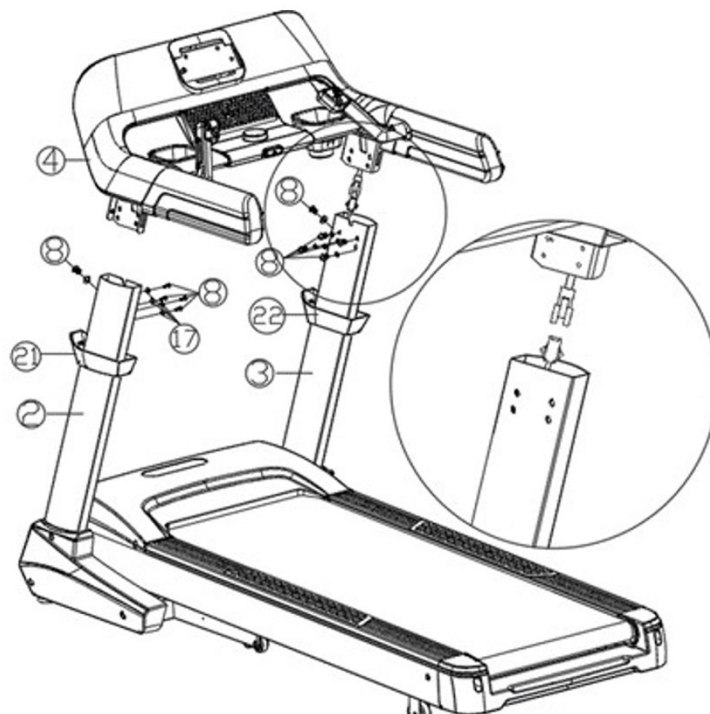
SCHRITT 2: Nehmen Sie die linke Frontstütze (2) und die rechte Frontstütze (3) heraus. Verbinden Sie das Kabel auf der rechten Seite des Rahmens mit dem Kabel an der rechten Frontstütze. Richten Sie anschließend beide Pfosten an den Schraubenlöchern des Rahmens aus und befestigen Sie sie jeweils mit sechs M8x15-Schrauben (8) und sechs M8-Unterlegscheiben (17) mithilfe des Schraubenschlüssels am Rahmen (1).



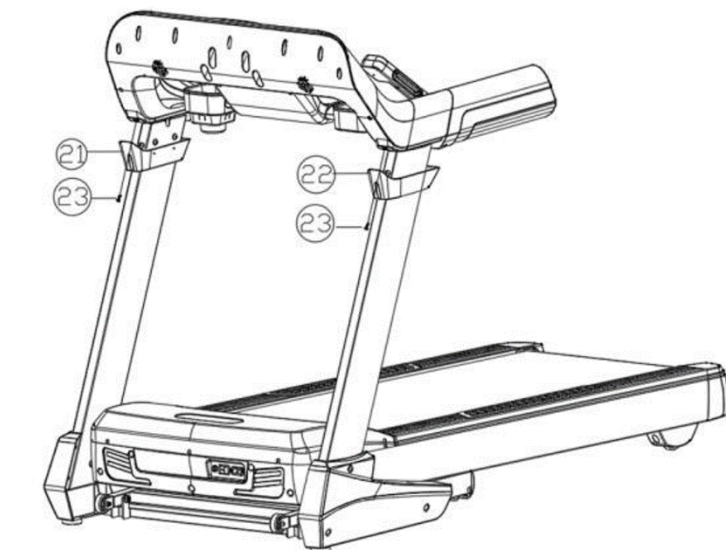
SCHRITT 3: Nehmen Sie das Konsolenset (4) und die rechte Halterung (20) heraus, führen Sie das Kabel durch die Öffnung und befestigen Sie die Halterung (20) mit zwei M8x20-Schrauben (9) am Konsolenständer (4). Wiederholen Sie den Vorgang mit der linken Halterung (20).



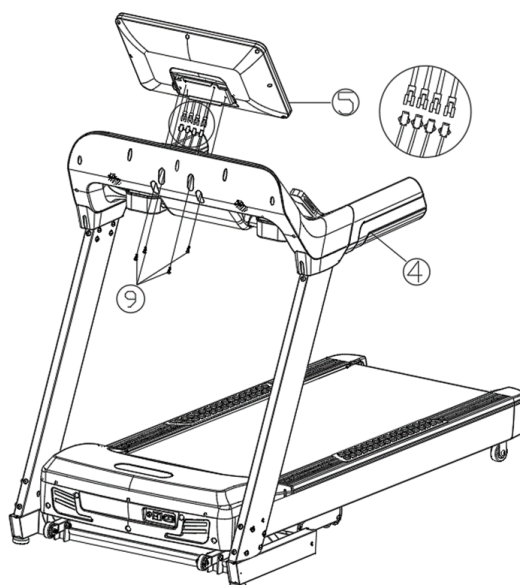
Schritt 4: Setzen Sie die linke Frontstützenabdeckung (21) und rechte Frontstützenabdeckung (22) auf die Frontstützen (2/3). Zwei Personen halten die Konsolenhalterung (4) und verbinden das Kabel der Konsole mit dem Kabel der rechten Frontstütze (3) – achten Sie dabei auf den korrekten Anschluss, um Schäden zu vermeiden. Anschließend die Konsolenhalterung in die Frontstützen (2/3) stecken und mit 10 x M8x15-Schrauben (8) und 10 x M8-Unterlegscheiben (17) mithilfe des Schraubenschlüssels (11) befestigen.



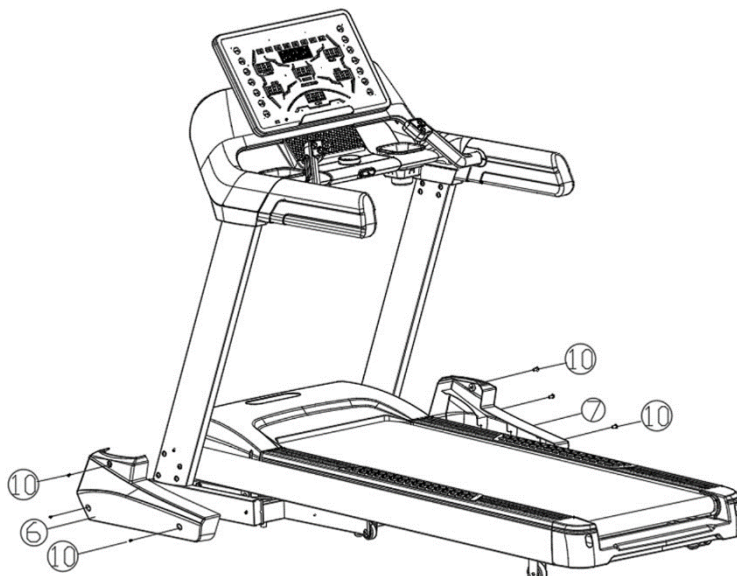
Schritt 5: Schieben Sie die linke Frontstützenabdeckung (21) nach oben und befestigen Sie sie mit einer M4x15-Schraube (23) und einem Schraubendreher. Wiederholen Sie den Vorgang auf der rechten Seite.



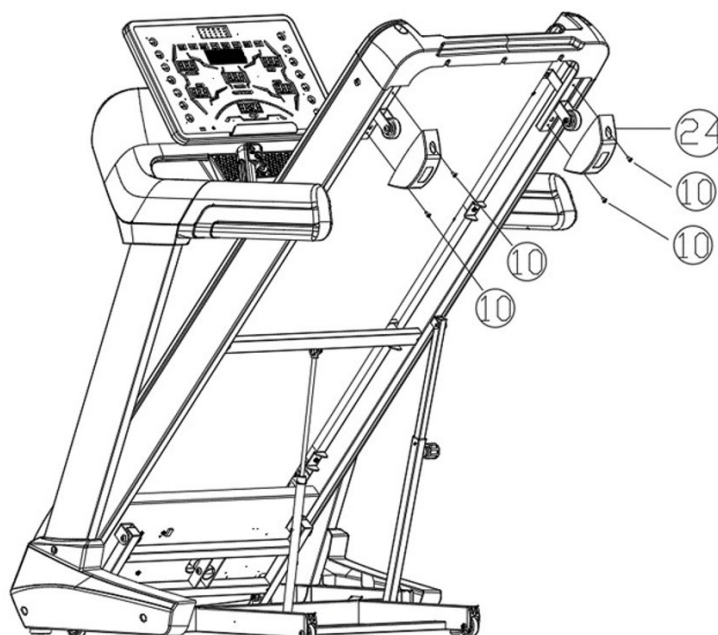
Schritt 6: Nehmen Sie das Display (5) aus dem Karton. Eine Person hält das Display (5), die andere verbindet die Signalkabel zwischen Display und Konsole. Nachdem die Kabel verbunden sind, stecken Sie sie in den vorgesehenen Schlitz. Setzen Sie das Display (5) auf das Konsolen-Rack (4) und befestigen Sie ihn mit dem Schraubenschlüssel und vier M8x20-Schrauben (9).



Schritt 7: Ziehen Sie alle Schrauben der unteren Stützen fest. Nehmen Sie die linke Abdeckung (6) und die rechte Abdeckung (7) heraus und befestigen Sie sie mit je drei M5x10mm-Schrauben (10) am Hauptrahmen.



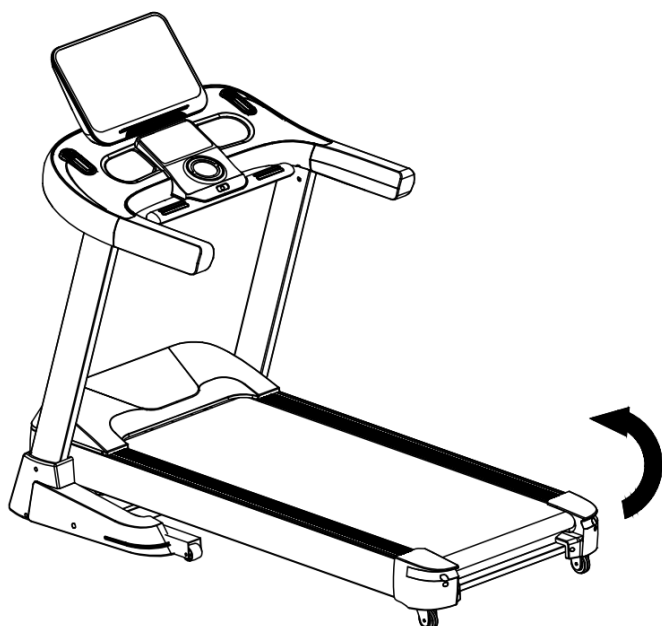
Schritt 8: Klappen sie den Hauptrahmen hoch. Montieren Sie die Hinterradabdeckung (24) mit zwei M5x10 Schrauben.



ACHTUNG

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

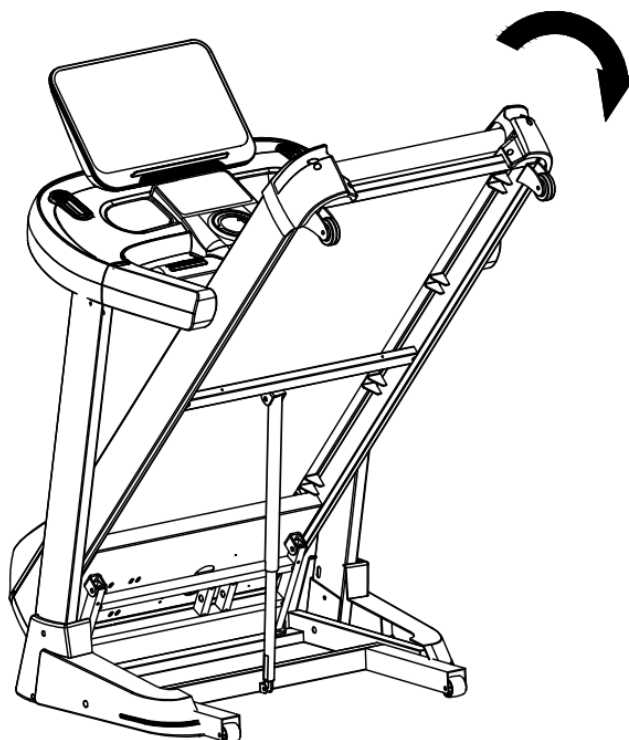
HOCHKLAPPEN



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.

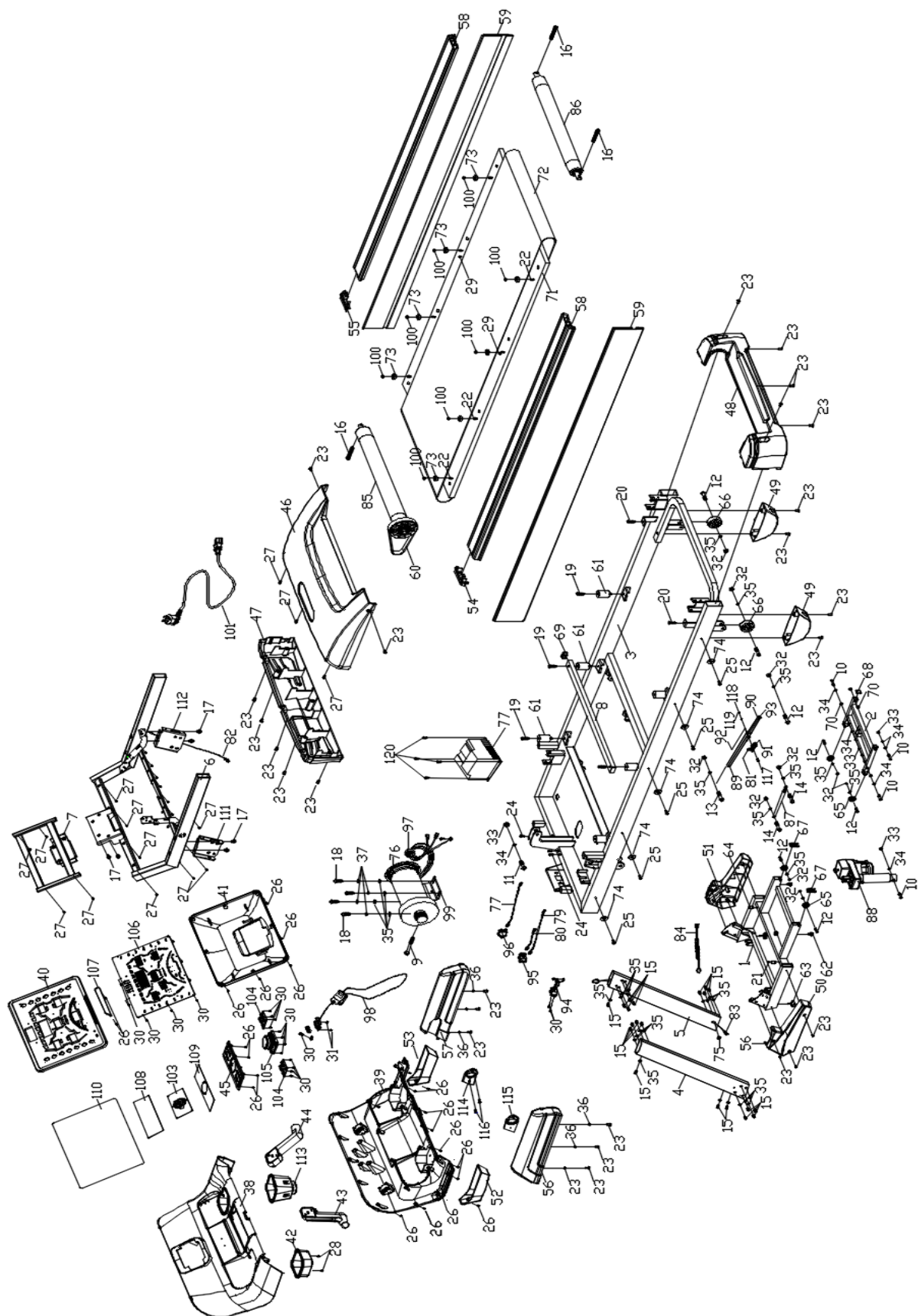


ERSATZTEILLISTE

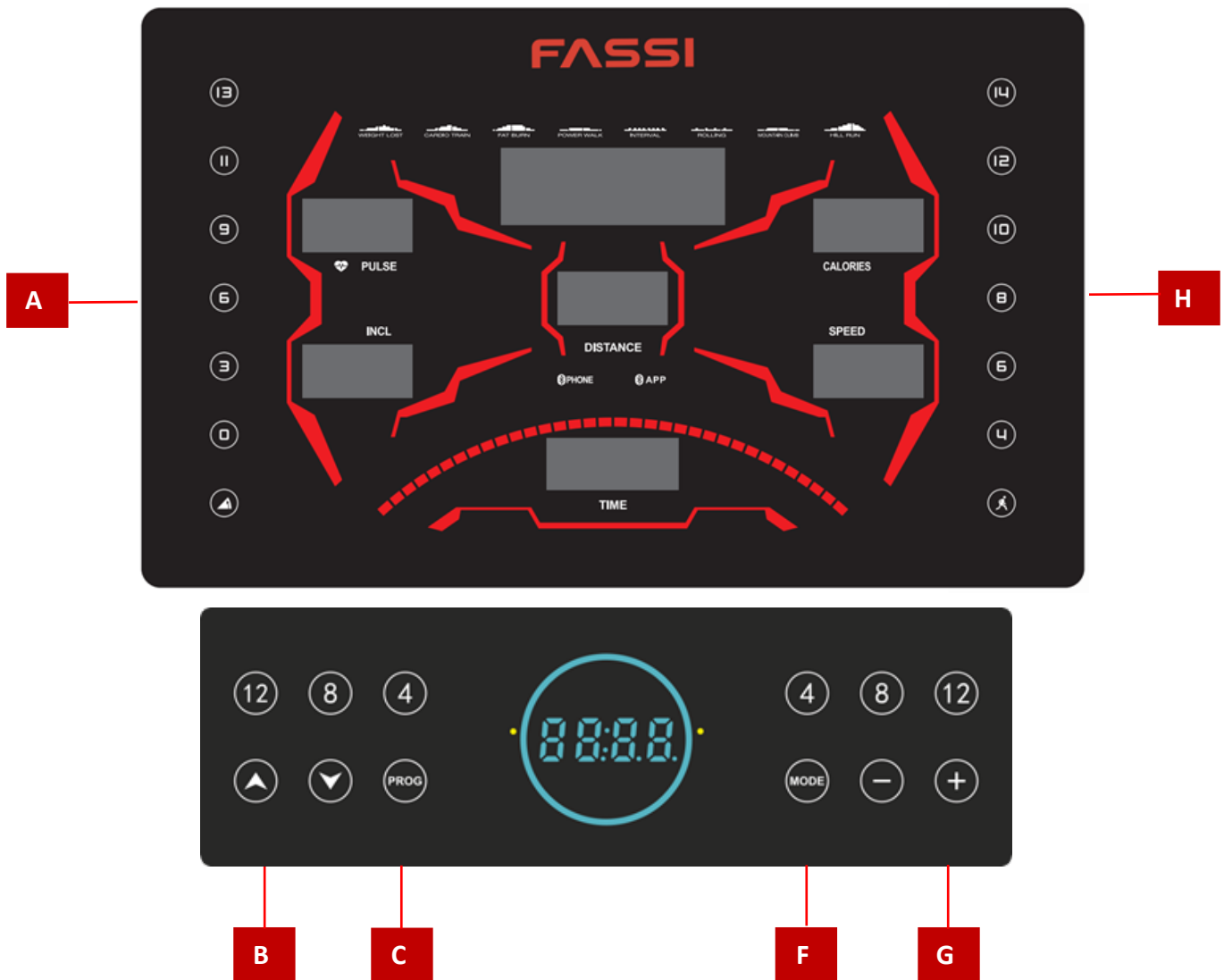
Nr.	Bezeichnung	Stück	Nr.	Bezeichnung	Stück
1	Grundrahmen	1	37	Sicherungsscheibe $\phi 14 \times 8 \phi 5 \text{ t}2.5$	4
2	Neigungswinkelrahmen	1	38	Konsolengehäuse oben	1
3	Hauptrahmen	1	39	Konsolengehäuse unten	1
4	Frontstütze links	1	40	Computergehäuse vorne	1
5	Frontstütze rechts	1	41	Computergehäuse hinten	1
6	Konsolenrahmen	1	42	Flaschenhalter	1
7	Displayhalterung	1	43	Handpulssensoren links	1
8	Verstärkungsleiste Deck	1	44	Handpulssensoren rechts	1
9	Schraube M8x70	1	45	Knopfleiste	1
10	Innensechskantschraube M10x55	5	46	Motorabdeckung oben	1
11	Innensechskantschraube M10x40	1	47	Motorabdeckung vorne	1
12	Innensechskantschraube M8x40	7	48	Endkappe	1
13	Innensechskantschraube M8x45	2	49	Hinterradabdeckung	2
14	Innensechskantschraube M8x30	2	50	Grundrahmenabdeckung links	1
15	Innensechskantschraube M8x15	22	51	Grundrahmenabdeckung rechts	1
16	Rundkopfschraube M8x65	3	52	Frontstützenabdeckung links	1
17	Rundkopfschraube M8x20	8	53	Frontstützenabdeckung rechts	1
18	Rundkopfschraube M8x15	4	54	Siderail-Abdeckkappe links	1
19	Senkkopfschraube M6x25	6	55	Siderail-Abdeckkappe rechts	1
20	Senkkopfschraube M6x40	2	56	Handlauf links	1
21	Kreuzschlitzschraube M6x20	2	57	Handlauf rechts	1
22	Kreuzschlitzschraube M5x30	8	58	Siderail	2
23	Kreuzschlitzschraube M5x10	28	59	Seitenabdeckung Hauptrahmen	2
24	Kreuzschlitzschraube M4x15	3	60	Motorriemen	1
25	Bohrschraube M4x12	10	61	Dämpfer	6
26	Kreuzschlitz-Blechschrube M4x12	42	62	Fuß Grundrahmen hinten	2
27	Flachkopfschraube M4x15	1	63	Fuß Grundrahmen vorne	2
28	Flachkopfschraube M4x8	2	64	Dämpfer Grundrahmen	2
29	Bohrschraube M4x25	2	65	Transportrolle	4
30	Kreuzschlitzschraube M3x10	26	66	Rad Hauptrahmen	2
31	Kreuzschlitzschraube M3x10	2	67	Radabdeckung	2
32	Nylonmutter M8	10	68	Verschlusskappe 30x30	2
33	Nylonmutter M10	6	69	Verschlusskappe 15x30	2
34	Unterlegscheibe $\phi 20 \times \phi 10.5 \times t1.0$	10	70	Kunststoffbuchse	1
35	Unterlegscheibe $\phi 17 \times \phi 8.5 \times t1.0$	34	71	Deck	1
36	Unterlegscheibe $\phi 16 \times \phi 5.5 \times t1.0$	6	72	Laufmatte	1

Nr.	Bezeichnung	Stück	Nr.	Bezeichnung	Stück
73	Fußschienenbefestigung $\phi 22 \times \phi 5 \times 9$	8	97	Magnetring	2
74	Fußschienenbefestigung $\phi 25 \times \phi 5 \times 5$	10	98	Sicherheitsschlüssel	1
75	Steckverbinder Frontstütze	1	99	Motorhalterung	1
76	Motor	1	100	Mutter M6	8
77	Kontroller	1	101	Netzkabel	1
78	AC Kabel 400mm Schwarz	1	102	Anti-Rutsch-Matte	1
79	AC Kabel 400mm Rot	1	103	Kabellose Ladefläche	1
80	AC Kabel 100mm Rot	1	104	PCB-Platine Konsole	1
81	Federring $\phi 10 \times \phi 7 \times 28.5$	1	105	Drehknopf-Set	1
82	Signalkabel oben	1	106	PCB-Platine Display	1
83	Signalkabel mitte	1	107	Tablet Halterung	1
84	Signalkabel unten	1	108	Kabellose Ladefläche Abdeckung	1
85	Umlenkrolle vorne	1	109	Tastatur-Aufkleber Konsole	1
86	Umlenkrolle hinten	1	110	Konsolen-Aufkleber	1
87	Zylinder	1	111	Flaschenhalter rechts	1
88	Neigungsmotor	1	112	Flaschenhalter links	1
89	Zylinderrohr Innen	1	113	Flaschenhalter	1
90	Zylinderrohr außen	1	114	Schaumstoffeinsatz links	1
91	Sicherheitsmanschette	1	115	Schaumstoffeinsatz rechts	1
92	Hohlrohr-Stopfen	1	116	Blechschrabe M4x16	4
93	Verschlusskappe Vierkant	1	117	Innensechskantschraube M6x40	1
94	Kaltgerätebuchse	1	118	Nylonmutter M6	2
95	Netzschalter	1	119	Unterlegscheibe $\phi 6.5 \times \phi 13 \times T1.5$	2
96	Sicherungsschalter	1	120	Flachkopfschraube M4x19	4

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. Diese Taste befindet sich unterhalb des Hauptdisplays.
- E.** Mit der "STOP"-Taste können Sie das Training Laufband anhalten. Diese Taste befindet sich unterhalb des Hauptdisplays.
- 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 - 24 km/h
DISTANCE		1.00 – 99.00 km
CALORIES		20 – 990 kcal
PULSE		0 – 220 BPM
INCLINE		1-15

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 Count-Down läuft 5-4-3-2-1, dann startet das Laufband.
5. Mit den SPEED +/- - Tasten können Sie die Geschwindigkeit verändern.

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 (20-990 kcal). 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 der Sicherheitsleine wird das Laufband angehalten. E-07 erscheint auf der Anzeige und ein Warnsignal ertönt.

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 (1-8) erscheint. In jedem Programm können Sie zwischen 8 verschiedenen Levels wählen. Mit der MODE-Taste können Sie das gewünschte Programm bestätigen. Mit den SPEED +/- - Tasten können Sie die Zeitvorgabe verändern - die Standardvorgabe ist 30:00 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 8,0 km/h, Alter 30/default Herzfrequenz 150

"HP2"-Programm, maximale Geschwindigkeit 9,0 km/h, Alter 30/default Herzfrequenz 160

"HP3"-Programm, maximale Geschwindigkeit 10,0 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 15-80 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 86 bis 179 eingestellt werden.
3. Drücken Sie die MODE - Taste, um in den Wartezustand zu gelangen, oder drücken Sie die START-Taste, um zu starten.
4. 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.
5. 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 0,5 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“

1. Mit der "PROGRAM" –Taste wählen Sie FAT aus (erscheint nach HRC)
2. 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.
3. Durch Drücken der MODE – Taste erscheint F2 und 25 im Display. Hier geben Sie das Alter, durch Drücken der SPEED +/- - Taste, ein (von 10 – 99 Jahre).
4. 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 100-200 cm).
5. 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).
6. Durch Drücken der MODE – Taste erscheint F5 und 05 im Display.
7. 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 19 ist dünn, 20 – 25 normal, 26 – 29 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

P1. Abnehmen																			
SPEED CHANGES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Level 1	SPEED	1	2	2	3	3	3	4	5	6	6	7	6	5	4	4	3	2	2
Level 2	SPEED	1	2	2	3	4	4	5	6	8	8	10	8	8	5	5	3	2	2
Level 3	SPEED	1	2	3	4	5	5	6	8	9	10	12	10	8	7	6	4	3	2
Level 4	SPEED	1	2	3	4	6	7	8	10	11	12	13	11	10	8	7	5	4	2
Level 5	SPEED	2	3	4	5	7	7	8	10	12	14	14	13	12	10	9	6	4	2
Level 6	SPEED	2	3	4	5	7	9	10	12	13	14	14	13	12	10	9	6	5	3
Level 7	SPEED	2	3	5	6	8	9	10	12	13	14	15	13	12	10	9	6	6	3
Level 8	SPEED	2	3	5	6	8	10	12	14	14	15	15	14	13	11	9	7	6	3
P2. Ausdauer																			
SPEED & INCLINE CHANGES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Level 1	INCLINE	1	1	2	3	4	5	6	7	7	8	8	7	7	5	4	2	1	1
	SPEED	1	1	2	2	3	4	5	6	6	7	7	6	6	4	3	2	1	1
Level 2	INCLINE	1	2	3	4	5	6	7	8	8	9	9	8	8	6	5	3	2	1
	SPEED	1	2	2	3	4	5	6	7	7	8	8	7	7	5	4	2	2	1
Level 3	INCLINE	1	2	4	5	6	7	8	9	9	10	10	9	9	7	6	4	2	1
	SPEED	1	2	3	4	5	6	7	8	8	9	9	8	8	6	5	3	2	1
Level 4	INCLINE	2	3	5	6	7	8	9	10	10	11	11	10	10	8	7	5	3	2
	SPEED	2	2	4	5	6	7	8	9	9	10	10	9	9	7	6	4	2	2
Level 5	INCLINE	2	4	6	7	8	9	10	11	11	12	12	11	11	9	8	6	4	2
	SPEED	2	3	5	6	7	8	9	10	10	11	11	10	10	8	7	5	3	2
Level 6	INCLINE	3	5	7	8	9	10	11	12	12	13	13	12	12	10	9	7	5	3
	SPEED	2	4	6	7	8	9	10	11	11	12	12	11	11	9	8	6	4	2
Level 7	INCLINE	4	6	8	9	10	11	12	13	13	14	14	13	13	11	10	8	6	4
	SPEED	3	5	7	8	9	10	11	12	12	13	13	12	12	10	9	7	5	3
Level 8	INCLINE	5	7	9	10	11	12	13	14	14	15	15	14	14	12	11	9	7	5
	SPEED	4	6	8	9	10	11	12	13	13	14	14	13	13	11	10	8	6	4

P3. Körperfettverbrennung

SPEED & INCLINE CHANGES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Level 1	INCLINE	1	1	2	2	3	3	4	5	5	5	5	4	4	3	2	2	1	1
	SPEED	1	2	3	3	5	6	7	8	8	8	8	7	7	5	4	3	2	1
Level 2	INCLINE	1	1	2	2	3	4	5	6	6	6	6	5	5	4	3	2	1	1
	SPEED	1	2	3	4	6	7	8	9	9	9	9	8	8	6	5	3	2	1
Level 3	INCLINE	1	1	2	3	4	5	6	7	7	7	7	6	6	4	3	2	1	1
	SPEED	1	2	4	5	7	8	9	10	10	10	10	9	9	7	6	4	2	1
Level 4	INCLINE	1	2	3	4	5	6	7	8	8	8	8	7	7	5	4	3	2	1
	SPEED	2	3	5	6	8	9	10	11	11	11	11	10	10	8	7	5	3	2
Level 5	INCLINE	1	2	3	4	6	7	8	9	9	9	9	8	8	6	5	3	2	1
	SPEED	2	4	6	7	9	10	11	12	12	12	12	11	11	9	8	6	4	2
Level 6	INCLINE	2	3	4	5	7	8	9	10	10	10	10	9	9	7	6	4	3	2
	SPEED	3	5	7	8	10	11	12	13	13	13	13	12	12	10	9	7	5	3
Level 7	INCLINE	2	3	5	6	8	9	10	11	11	11	11	10	10	8	7	5	3	2
	SPEED	4	6	8	9	11	12	13	14	14	14	14	13	13	11	10	8	6	4
Level 8	INCLINE	2	4	6	7	9	10	11	12	12	12	12	11	11	9	8	6	4	2
	SPEED	4	7	9	10	12	13	14	15	15	15	15	14	14	12	11	9	7	4

P4. Power Lauf

SPEED CHANGES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Level 1	SPEED	1	1	2	2	3	3	4	4	4	4	4	4	3	2	2	2	1	1
Level 2	SPEED	1	2	2	2	3	3	4	4	5	4	4	4	3	3	2	2	1	1
Level 3	SPEED	1	2	2	3	3	4	4	5	5	5	4	4	4	3	3	2	1	1
Level 4	SPEED	1	2	3	3	3	4	4	5	6	6	5	4	4	4	3	2	2	1
Level 5	SPEED	1	2	3	4	4	5	5	5	6	6	6	5	4	4	4	3	2	1
Level 6	SPEED	1	2	3	4	5	5	6	6	6	6	6	5	5	4	4	3	2	1
Level 7	SPEED	1	2	3	4	5	6	6	7	7	6	6	6	5	5	4	3	2	1
Level 8	SPEED	1	2	3	4	5	6	7	7	7	7	6	6	6	5	5	4	2	1

P5. Interval

SPEED CHANGES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Level 1	SPEED	1	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2
Level 2	SPEED	1	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5	2
Level 3	SPEED	1	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2	6	2
Level 4	SPEED	1	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3	6	3
Level 5	SPEED	1	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3	7	3
Level 6	SPEED	2	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4	7	4
Level 7	SPEED	2	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4	8	4
Level 8	SPEED	2	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5	8	5

P6. Regeneration

SPEED CHANGES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Level 1	SPEED	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	1
Level 2	SPEED	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	2
Level 3	SPEED	2	3	4	5	4	3	4	5	4	3	4	5	4	3	4	5	4	3
Level 4	SPEED	2	4	5	6	5	4	5	6	5	4	5	6	5	4	5	6	5	3
Level 5	SPEED	2	5	6	7	6	5	6	7	6	5	6	7	6	5	6	7	6	3
Level 6	SPEED	3	6	7	8	7	6	7	8	7	6	7	8	7	6	7	8	7	4
Level 7	SPEED	3	7	8	9	8	7	8	9	8	7	8	9	8	7	8	9	8	4
Level 8	SPEED	3	8	9	10	9	8	9	10	9	8	9	10	9	8	9	10	8	4

P7. Aufstieg

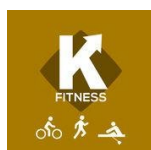
SPEED & INCLINE CHANGES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Level 1	INCLINE	0	1	1	2	2	3	3	4	4	5	6	7	8	7	6	4	2	0
	SPEED	1	1	2	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1	1
Level 2	INCLINE	0	1	2	2	3	3	4	4	5	6	7	8	9	8	6	4	2	0
	SPEED	1	1	2	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1	1
Level 3	INCLINE	1	1	2	3	3	4	4	5	6	7	8	9	10	9	8	6	4	2
	SPEED	1	1	2	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1	1
Level 4	INCLINE	1	2	2	3	3	4	5	6	7	8	9	10	11	10	8	7	5	3
	SPEED	2	2	3	3	4	4	4	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2
Level 5	INCLINE	1	2	3	4	5	6	7	8	9	9	10	11	12	11	10	8	6	4
	SPEED	2	2	3	3	4	4	4	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2
Level 6	INCLINE	2	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	12	10	8	6	4
	SPEED	2	2	3	3	4	4	4	5	5	4	4	4	3	3	3	2	2	2
Level 7	INCLINE	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	13	10	8	6	4
	SPEED	2	2	4	4	5	5	5	6	6	6	5	5	4	4	4	2	2	2
Level 8	INCLINE	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	13	10	8	6	4
	SPEED	2	2	4	4	5	5	5	6	6	6	5	5	4	4	4	2	2	2

P8. Steigungstraining

SPEED & INCLINE CHANGES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Level 1	INCLINE	0	0	1	1	2	2	2	3	3	3	4	4	5	5	4	3	2	1
	SPEED	2	2	2	3	3	3	5	5	7	7	9	9	10	8	8	6	4	2
Level 2	INCLINE	0	0	1	1	2	2	2	3	3	3	4	4	5	6	5	3	2	1
	SPEED	2	2	2	4	4	4	6	6	6	8	8	10	10	8	8	6	4	2
Level 3	INCLINE	0	0	1	1	2	2	3	3	3	4	4	5	5	6	5	3	2	1
	SPEED	2	2	4	4	4	6	6	6	8	8	10	10	12	10	8	6	4	2
Level 4	INCLINE	0	1	1	2	2	3	3	4	4	4	5	5	6	7	6	5	3	2
	SPEED	2	2	4	4	6	6	8	8	8	10	10	10	12	12	10	7	5	3
Level 5	INCLINE	1	1	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6	7	8	7	6	3	2
	SPEED	2	4	6	6	6	6	8	8	8	10	10	12	13	12	10	7	5	3
Level 6	INCLINE	1	2	3	4	4	4	5	5	6	6	7	8	8	8	7	6	3	2
	SPEED	2	4	6	6	6	6	8	8	10	10	12	13	13	12	10	7	5	3
Level 7	INCLINE	1	2	3	4	5	6	6	7	7	8	8	9	10	10	9	6	3	2
	SPEED	2	4	6	6	8	8	10	10	12	13	13	14	13	12	10	7	5	3
Level 8	INCLINE	1	2	3	4	6	6	7	7	8	8	9	9	10	12	9	6	3	2
	SPEED	2	4	6	8	10	10	12	12	13	13	14	14	13	12	10	7	5	3

INTERAKTIVES TRAINING (OPTIONAL)

Fitnessgeräte die mit Bluetooth Technologie ausgestattet sind, können mit kompatiblen Fitness Apps verbunden werden. Derzeit stehen die Programme "Kinomap", „Zwift“ und „Fitshow“ 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 rutscht 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	Computer defekt	Konsole austauschen
	Transformer defekt	Trafo im Motorraum austauschen
	Controller defekt	Controller im Motorraum austauschen

PROBLEM	MÖGLICHE URSACHEN	BEHEBUNG
Überlastung E05	Motorriemen zu eng gespannt	Motorriemen anpassen
	Zu wenig Silikonöl	Unter der Laufmatte reinigen und Silikonöl hinzufügen
	Motor defekt	Ersetzen Sie den Motor
Überspannung E08	Eingangsspannung zu hoch	Überprüfen Sie die Eingangsspannung
	Wechselrichter defekt	Ersetzen Sie den Wechselrichter
Überbelastung E09	Übermäßiges Benutzergewicht oder schlechte Schmierung des Trittbretts	Reinigen Sie die Unterseite des Laufriemens und fügen Sie Silikonöl hinzu
	Blockierte Umlenkrolle	Überprüfen Sie ob Teile der Luffläche blockiert sind
	Zu wenig Silikonöl	Unter der Laufmatte reinigen und Silikonöl hinzufügen
	Überlastung des Motors	Ersetzen Sie den Motor
E10	Kabel des Wechselrichters sind nicht richtig angeschlossen	Verbinden Sie die Kabel richtig mit dem Wechselrichter
	Wechselrichter defekt	Ersetzen Sie den Wechselrichter
E11	Wechselrichter defekt	Ersetzen Sie den Wechselrichter
	Neigungswinkelmotor defekt	Ersetzen Sie den Neigungswinkelmotor
E12	Überhitzungsschutz	Benutzen Sie das Laufband nicht mehr bis es abgekühlt ist
---	Sicherheitsschlüssel ausgesteckt	Stecken Sie den Sicherheitsschlüssel wieder an
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

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.

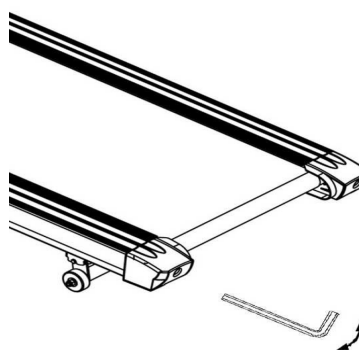
Drehen Sie die linke hintere Schraube 1/4 Umdrehung im Uhrzeigersinn.

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 1/4 Umdrehung im Uhrzeigersinn.

Wenn sich der Laufmatte nach rechts bewegt, drehen Sie die rechte hintere Schraube jeweils eine 1/4 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