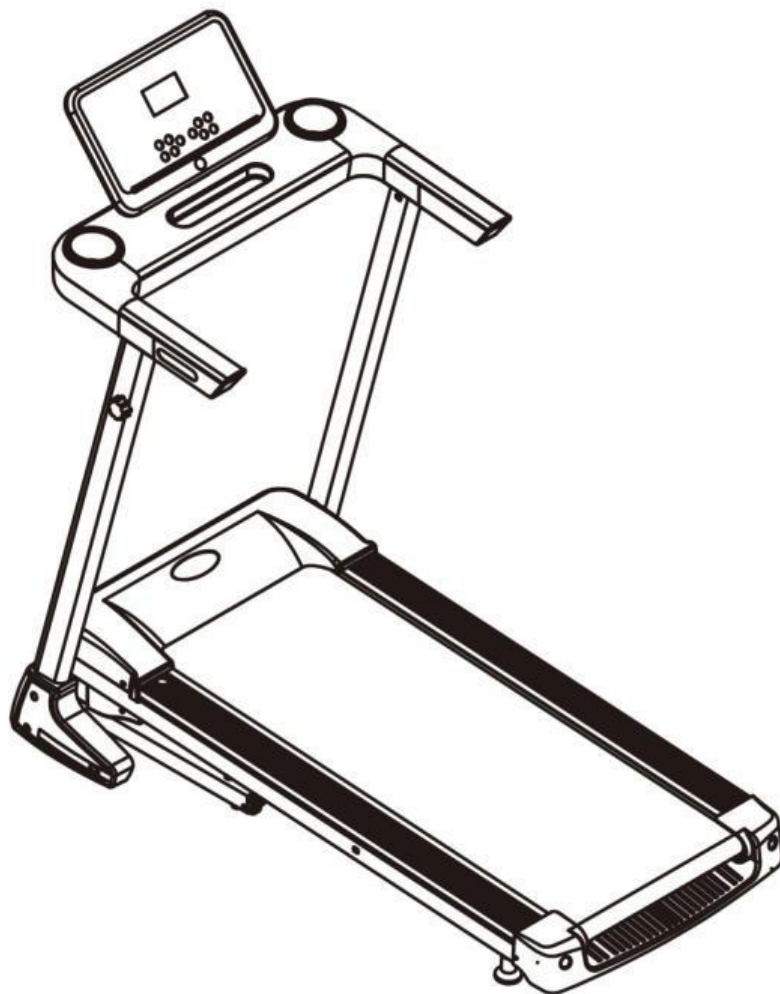




IN240500109V01_UK_FR_ES_DE_IT

A90-211V70_A90-211V90

EN



IMPORTANT, RETAIN FOR FUTURE REFERENCE: READ CAREFULLY

ASSEMBLY INSTRUCTIONS

1、 Catalogue

Number	Content
1	Catalogue
2	Safety instructions
3	Packing specifications
4	Assembly instructions
5	Electric control instructions
6	Maintenance instructions
7	Failures and trouble shooting
8	Exercise guidelines
9	Warm exercise

Thanks choose home use electric treadmill. Our products will improve your health, the more familiar with your treadmill, the more easy and comfortable for using. So please read this manual carefully before use the new treadmill.

To guarantee the maximum quality of products, all parts of this treadmill use high quality material, and passed strict inspection and testing. Refer to this manual, will guide you assemble, use and maintain of this treadmill correctly.

Thanks for using !

2、 Safety Instructions

A. We considered many safety problems when design and manufacture this treadmill, to ensure your safety, please read all contents of this manual carefully before use. We do not bear the consequences of any abnormal operation.

RISK





B. Do not use the heart rate device together with other wireless heart rate devices, or it can cause electrical interference.

WARNING

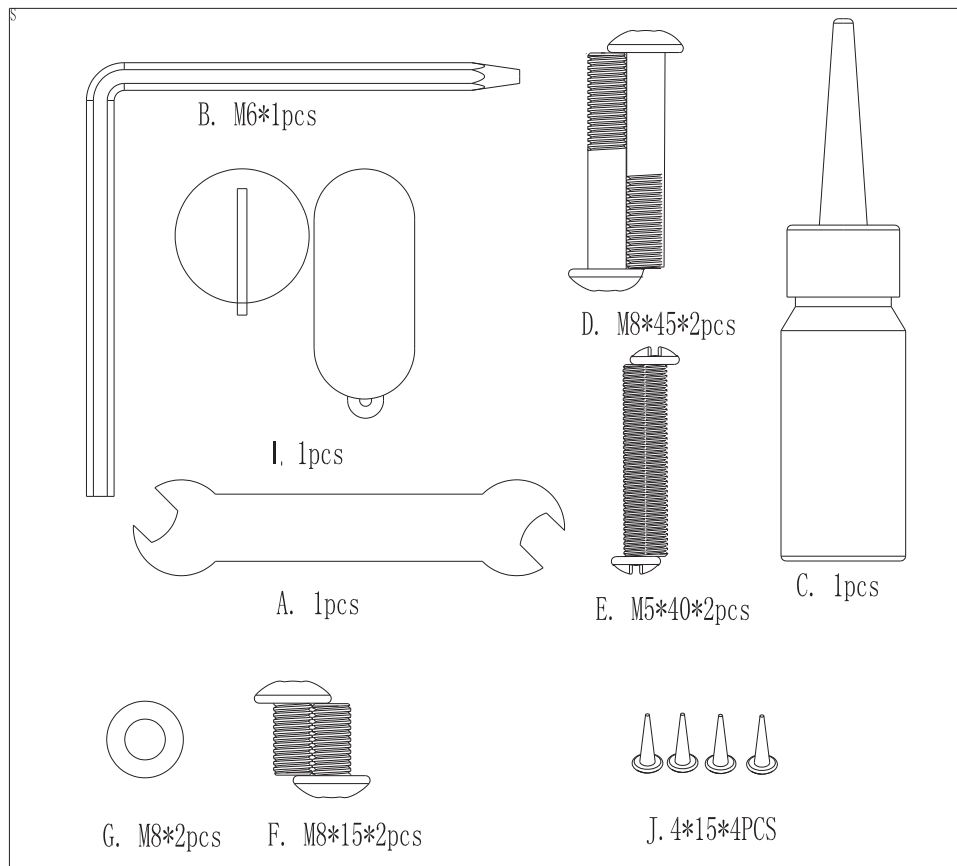
Please follow the instructions below to avoid any hurt to you or others.

1. To avoid any accidents or danger, please make sure this treadmill is fully grounded before using.
2. While running, please clamp the safety lock (red) to an appropriate position of your clothes, if any unsuspected situation happened, it'll dropped off immediately to stop the machine
3.
 - a. Please refer to your health care doctor's opinion before exercising.
 - b. Please wear comfortable sportswear when exercising, don't wear shoes with soft sole, or shoe shavings will be involved into motor and control system, and cause operating malfunction
 - c. Keep the room clean and tidy, avoid dirt being absorbed into the treadmill, which will cause operating malfunction.
 - d. User weight should not exceed 100kg.
4. This product is for one person use only when it is running. To avoid any accidents, please do not let children or pets play around to avoid accidents.
5. Minimum spacing requirements for placing the treadmill in the home, no less than 100cm respectively for front and both sides, no less than 200cm for rear.
6. Please do not use this treadmill if power line broken.
7. If the treadmill is damaged or broken, please do not use and contact for warranty.
8. Please do not touch any moving parts when the treadmill is running, never press or stuff any objects into the treadmill.
9. This machine is suitable for indoor use, please do not use outdoors or in the gym.
10. Place the treadmill on clean and smooth floor, keep it in good ventilation condition, ensure the unit ventilated. Make sure there are no sharp objects nearby. Do not use it near water or fire sources.
11. Please use the handrail when getting on or getting off from the machine. Do not get off from the treadmill when the walking machine is not stopped completely. If any accident happens, you must pull off the safety lock, then the treadmill will stop immediately.
12. Do not use this machine when you are using oxygen equipment or using spray near it.
13. To make sure the treadmill running properly, please do not install any accessories which are not supplied by the original factory.
14. Must keep all parts of the treadmill installed firmly.
15. Please turn off and unplug the power after using the treadmill. When not using the treadmill, please keep the security lock safely to prevent any third parties use it.

3、 Packing Specification

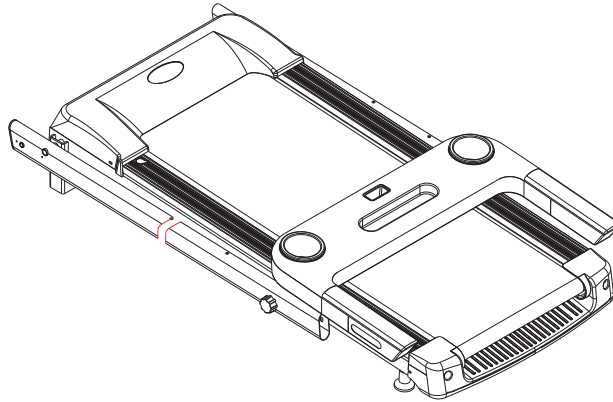
Number	Component	
1	FRAME	
2	MANUAL	
3	SCREEN	
4	COLUMN SIDE COVE	
5	SCREW PACK	Fourth page icon

Screw Pack

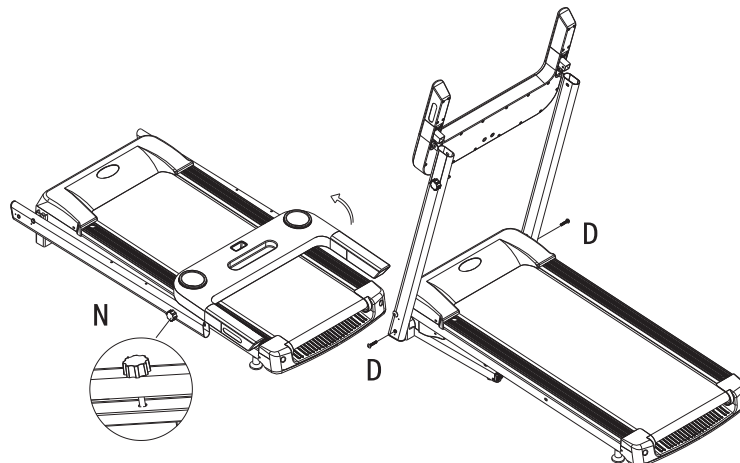


4、 Assembly Instructions

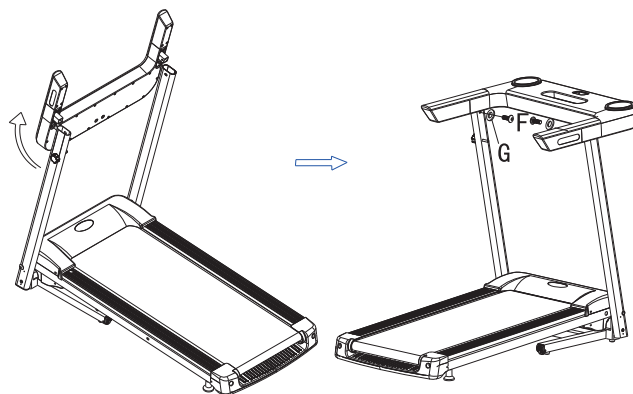
1: Lift the main frame out of the carton and open the cable tie that bundles the frame.



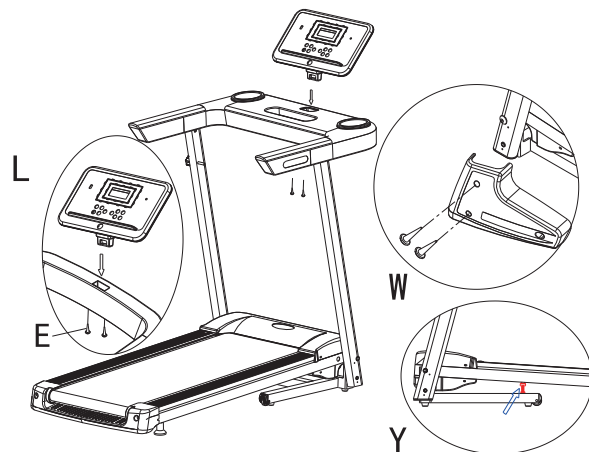
2: Expand the frame: please pull out the pull pin on the column of N, and hold the frame on the ground with the other hand, secure it to the sheet metal part of the base with D#M8*45 screws..



3: Assembly of the electronic meter stand: first fold the electronic meter stand in the direction of the arrow, and then fix the electronic meter stand on the column with F#M8*15 screws (2 pieces) and G#M8 pads (2 pieces).

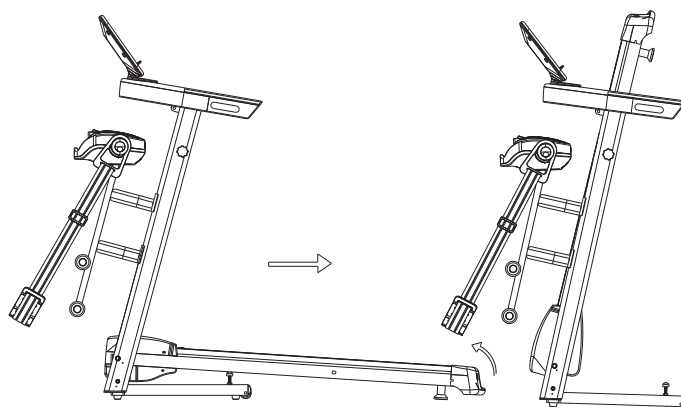


4: A.First connect the signal lines of the electronic meter, and then put the panel on the electronic meter as indicated by the direction of the arrow, and then fix it with E#M5*40 screws (2 pieces).
B.The red part indicated by the arrow is the anti-warping device.In use, please adjust the device according to your own weight to prevent the base from being upturned.

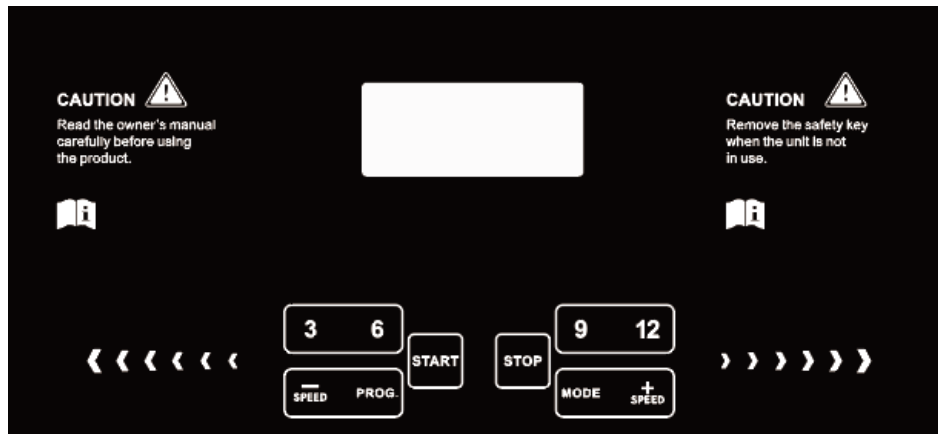


5: Fold the product: When you need to carry or use this product for a long time, fold it up as shown below:

Hold the back end of the running platform and slowly raise the running platform in the direction indicated by the cutting head until the running platform is substantially parallel with the column. Pull the knob outward with the other hand to ensure that the knob iron shaft is inserted into the side of the inside running platform folded hole.



5、 Electric Control Instructions



Boot start: Normal start after 3 seconds countdown.

The number of programs is P1~P12 automatic programs.

Safety lock function

Unplugging the safety lock immediately shows that the "SAFE" treadmill is quickly stopped, when the safety lock is placed, the electronic watch is fully displayed for 2 seconds, and the data is all cleared.

Key Function

Start button, stop button:

"START" is the start button. When the treadmill is stopped, press the start button, the speed displays "1.0", and the treadmill starts.

"STOP" is the stop button. When the treadmill is running, press the stop button, all data is cleared, the treadmill stops.

Program key:

"**PROGAM**" is the program key. In the standby state, press this button to cycle through the manual mode to the automatic program P1 – P12; the manual mode is the system default operation mode, the default speed of the manual mode is 1.0km/h, and the maximum running speed is 12.0km/h.

Mode key:

"MODE" is the mode button. In the standby mode, press this button to cycle through three different countdown modes of operation from time, distance and calories. when selecting various modes, the speed increase/decrease key can be used to set the relevant countdown value. When you are done, press the "START" button to start the treadmill.

Speed button:

"SPEED+" and "SPEED -" are speed addition and subtraction keys: they can be used to adjust the speed after the treadmill is started, stepping 0.1Km/time, "SPEED+" and "SPEED -" can be used to parameterize the treadmill. To adjust the set value.

Indication Function

Speed display:

Displays the speed value of the current run.

Time display:

Shows the running time in manual mode or the running time countdown in mode and program.

Distance display:

Displays the distance total in manual and program mode or the inverse of the mode running distance.

Calorie display:

Shows the calorie accumulation during exercise in manual and program mode or the calorie count in mode run.

The range of data displayed by each window:

TIME: 0:00 – 99:59 (MIN)

DISTANCE: 0.00 – 99 (KM)

CALORIES: 0.0 – 990 (KC)

SPEED: 1-12KM/H

Automatic program

The default running time is 10 minutes. After the program is selected, the running time is set. The program segment of each program is divided into 10 segments, and the running time of each program block is evenly distributed. The motor stops the meter clear after the running time is completed. The following is a motion chart of 12 programs.

Time Phase		Time set / 10 = Running time each stage									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SPEED	3	3	6	5	5	4	4	4	4	3
P2	SPEED	3	3	4	4	5	5	5	6	6	4
P3	SPEED	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
P4	SPEED	3	3	5	6	7	6	5	4	3	3
P5	SPEED	3	6	6	6	8	7	7	5	5	4
P6	SPEED	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
P7	SPEED	2	9	9	7	7	6	5	3	2	2
P8	SPEED	2	4	4	4	5	6	8	8	6	2
P9	SPEED	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
P10	SPEED	2	5	7	5	8	6	5	2	4	3
P11	SPEED	2	5	6	7	8	9	10	5	3	2
P12	SPEED	2	3	5	6	8	6	9	6	5	3

Parameter setting in 3 modes

The countdown time setting is initially 30:00 minutes, the setting range is 5:00---90:00 minutes, and the step is 1:00.

The calorie setting of the calorie count is: 100 kcal, the setting range is 20---990 kcal, step 10.

The initial distance of the countdown distance is 5.0 km, the setting range is 0.5---99.0 km, and the step is 0.1

The cycle switching sequence is: manual, time, distance, calories.

Other

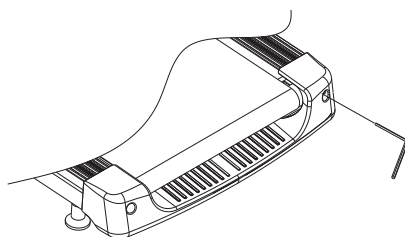
When a countdown parameter is run, the display shows END, and a 0.5 second alarm every 2 seconds until the treadmill stops, stops the alarm, and then returns to the manual mode state. Countdown time, countdown calorie, and countdown distance can only be set to one of them. Run the last setting, the set parameters are counted down, and the other displays positive count.

6、 Maintenance Instructions

Proper maintenance keeps your treadmill in top condition; incorrect maintenance can hurt or shorten the life of your treadmill.

WARNING: Always unplug the treadmill's power cord before cleaning or maintaining the product!

1. Regularly remove dust to keep the parts clean,
2. After using the treadmill, wipe the instrument and other parts of the sweat and debris with a clean towel or cloth. Be careful not to splash water on the electrical components and under the running belt.
3. Place your treadmill in a clean, dry environment, make sure the power is off, and unplug it.
4. In order to facilitate the movement, the treadmill is equipped with wheels installed. Please confirm that the power is disconnected and the body is folded before moving.
5. Always check and lock all parts of the treadmill; parts of the damaged ring must be replaced immediately.
6. In order to better maintain and extend the life of the treadmill, it is recommended that you rest the treadmill for 10 minutes after 30 minutes of continuous use.
7. The running belt has been adjusted at the factory, but after use, the running belt will be stretched, will deviate from the center position and cause the running belt friction strip and the rear cover to be damaged. It is normal for the running belt to be stretched during use. After using it for a period of time, if you are running with a treadmill and it is slippery or not smooth, you can adjust the tightness of the running belt to improve.



A. Running belt tightening adjustment If the running belt is too loose, please insert the supplied hex wrench into the adjusting hole of the left footstep of the treadmill, turn it 1/4 turn clockwise, and then adjust the right foot to rotate clockwise. 1/4 laps, note that the left and right must be adjusted synchronously, so that the running belt can be tightened and the running belt will not deviate from the center point. If the running belt is too tight, the left and right synchronization will be adjusted counterclockwise.

Note: The running belt cannot be adjusted too tightly. This will break the running belt, increase the pressure of the front/rear drum, cause damage to the roller bearing, etc., produce abnormal noise or other problems, and only need to adjust to the running belt without slipping.

B. Running belt alignment adjustment

When you use the treadmill, the pressure on the two belts is not the same when running, and the pressure on the running belt is unbalanced, causing the running belt to deviate from the center. This deviation is normal and it automatically returns to the center when no one is running on the running belt. If you don't get back to the center, you need to run back to the center.

Run the treadmill at no load, adjust the speed to the sixth gear, and observe the distance from the running belt to the left and right side bars:

- If it is to the left, use a hex wrench to turn the left screw 1/4 turn clockwise;
- If it is biased to the right, use a hex wrench to turn the right screw 1/4 turn clockwise;
- If the running belt is still not in the middle, repeat the above action until it is adjusted to the middle.

After adjusting the running belt to the middle, adjust the speed to the sixth gear, and observe the deviation of the running belt and the smooth running condition. If there is any deviation, repeat the adjustment step.

Caveat! Do not overtighten the rollers! This will result in permanent damage to the bearing!

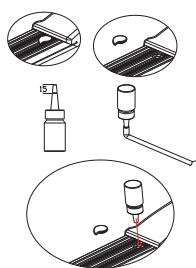
8. Lubricating oil

The treadmill is lubricated at the factory, but the treadmill's lubricity is often checked to help keep the treadmill in optimal use. The treadmill must be lubricated after one year of use or 100 hours of operation.

After 30 hours or 30 days of use, when the treadmill is at rest, pull up the running belt from the side and reach the surface of the running platform as far as possible. If you feel the lubricant, you do not need to add lubricating oil; if you touch the surface There is a strong feeling of dryness, please follow the instructions below to refuel. (Please use non-oil-based lubricants)

How to add lubricant?

please operate as shown below, open the sidebar left. For the fueling decorative cover on the front side, use a pair of scissors or a utility knife to cut the oil bottle according to the size of the figure, and then add the oil according to the bottom icon. When filling, please pay attention to insert the thin rod at the front end of the oil bottle into the fuel filler pipe on the platform. Go in.



7、 Failures And Trouble Shooting

1.Electronic watch displays error message code and excludes

Default code	Default code	Default Resolution
Er1	The display board is not connected Received signal	1.1.Check if the communication line is loose, detached or damaged; 1.2.Check or replace the electronic board; 1.3.Check or replace the controller.
Er3	Over pressure	2.1.Please check if the voltage on the power supply line is at a normal value. : AC 200-240V; 2.2.Check or replace the controller. 2.3.Check or replace the motor.
Er4	Over current	3.1.Check whether overload; 3.2.Check if the mechanical running parts are stuck; 3.3.Check whether the lack of a release agent, and if the release agent is missing, the friction between the running belt and the running board will increase.; 3.4.Check whether the running board serious wear and tear; 3.5.Check whether the running belt is worn out; 3.6.Check whether the motor cable short circuit; 3.7.Check or replace the controller; 3.8 Check or replace the motor.

Er5	overload	<p>4.1.Check whether overload;</p> <p>4.2.Check whether the mechanical running parts are stuck;</p> <p>4.3.Check whether the lack of a release agent, and if the release agent is missing, the friction between the running belt and the running board will increase.;</p> <p>4.4.Check whether the running board serious wear and tear;</p> <p>4.5.Check whether the running belt is worn out;</p> <p>4.6.Check whether the motor cable short circuit;</p> <p>4.7.Check or replace the controller;</p> <p>4.8 Check or replace the motor.</p>
Er6	Motor not connected	<p>5.1.Check whether the motor line loose or fall off;</p> <p>5.2 .Check or replace the motor;</p> <p>5.3.Check or replace the controller.</p>
Er7	Indicates that the motherboard has not received the signal	<p>6.1. Check if the communication cable is loose, detached or damaged;</p> <p>6.2.Check or replace the electronic board;</p> <p>6.3.Check or replace the controller.</p>
Er13	IGBT short circuit	7.1Check or replace the controller
Er14	short circuit of the load	<p>8.1 Check the controller output for foreign matter causing a short circuit;</p> <p>8.2 Check or replace the motor.</p>

2.Common problems and troubleshooting methods

1. Some or all of the buttons are not working well
 - 1.1 Uncover the upper case of the electronic watch and test whether the buttons are working;
 - 1.2 Check or replace the electronic board;
 - 1.3 Check the button can be worked after the power is turned back on .

1. The electronic watch has no display

Troubleshooting methods:

- 2.1 Check if the input voltage is within the allowable range: AC 100-120V / AC 200-240V;
- 2.2 Check if the switch on the electric running machine is turned on.;
- 2.3 Check if the fuse inside the power outlet is blown. If it is blown, replace it with a spare fuse;
- 2.4 Check the controller, if LED is lit;
- 2.5 Check each cable;
- 2.6 Check or replace the electronic board;
- 2.7 Check or replace control board.

2. Other problems and troubleshooting

a. The treadmill cannot start

Check if the power plug is plugged in, the power switch is turned on, and the safety switch is removed.

b. Treadmill slips

Adjust the running belt tightly by referring to the instructions.

c. Running belt deviation

Refer to the instructions to adjust the running belt to center.

d . Running abnormal sound

Check if the machine screws are loose and the running belt needs to be lubricated.

8、 Exercise Guidelines

- Consult your doctor before starting a exercise or training program. Please follow the doctor's advice and instructions for training.
- Set your goals with your doctor before you can ensure that the plan is realistic and start the training program with ease.
- You can add some aerobic exercise to your exercise plan, such as walking, jogging, swimming, dancing or cycling. Always check the pulse. If you do not have an electronic heartbeat monitor, ask your doctor how to measure the pulse by hand or neck. In addition, you must set the target heart rate based on age and physical well-being.
- Drink plenty of water during exercise. You must replenish moisture lost from excessive exercise to prevent dehydration. Avoid drinking plenty of ice water or beverages, drinking water or beverages at room temperature.

9、 Warm Exercise

Warm up and soothe exercise:

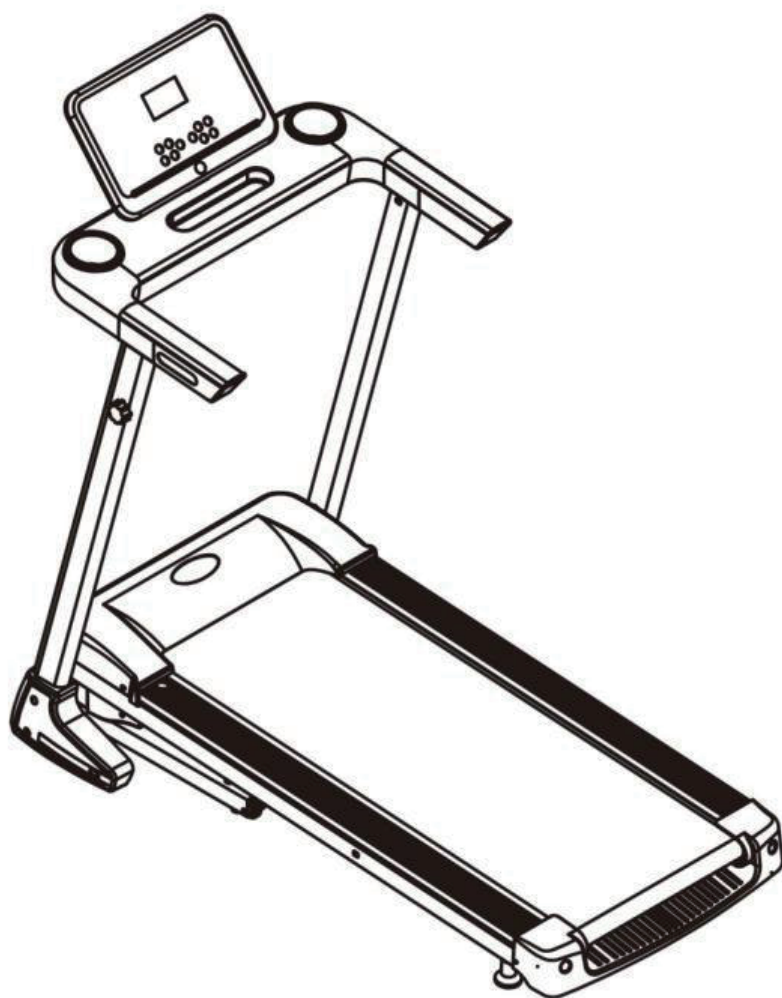
A successful exercise program must include warm-up, aerobic and soothing exercise. The number of exercises will be at least two or three times a week, and one day after the exercise, you can increase the number of exercises to four to five days after a few months. Warm-up is an important part of your fitness. Warm up before each exercise. Warm warm-up can prepare your body for more intense exercise, because warm-up can help muscles warm and stretch. Improves blood circulation, increases pulse, and delivers more oxygen into the muscles. After the aerobic exercise, repeated warm-up exercises can also reduce muscle soreness. We recommend the following warm-up and soothing exercises.



IN240500109V01_UK_FR_ES_DE_IT

A90-211V70_A90-211V90

FR



IMPORTANT - CONSERVEZ CES INFORMATIONS
POUR VOTRE CONSULTATION ULTÉRIEURE: LISEZ ATTENTIVEMENT

INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE

1. Catalogue

No.	Contenu
1	Catalogue
2	Consignes de sécurité
3	Spécifications d'emballage
4	Instructions d'assemblage
5	Instructions de commande électrique
6	Instructions d'entretien
7	Panne et dépannage
8	Lignes directrices sur l'exercice
9	Exercice d'échauffement

Merci d'avoir choisi ce tapis de course électrique à usage domestique. Nos produits vous aideront à rester en bonne condition physique ; plus vous utiliserez votre tapis de course, plus facile et confortable sera son utilisation.

Veuillez lire attentivement ce manuel avant la première utilisation.

Pour garantir la qualité maximale des produits, toutes les parties de ce tapis roulant utilisent des matériaux de haute qualité, et ont passé des contrôles et des tests stricts. Référez-vous à ce manuel qui vous guidera pour l'assemblage, l'utilisation et le maintien de ce tapis roulant correctement.

2. Consignes de Sécurité

Afin d'assurer votre sécurité, veuillez lire attentivement ce manuel avant utilisation. Le fabricant ne pourra être tenu responsable des dommages liés à une mauvaise utilisation.



RISQUE

B. N'utilisez pas le dispositif de fréquence cardiaque avec d'autres appareils de fréquence cardiaque sans fil, ou il peut causer des interférences électriques.



AVERTISSEMENT

Veuillez suivre les instructions ci-dessous pour éviter de vous blesser ou de blesser une autre personne.

1. Pour éviter tout accident ou risque, veillez à ce que le tapis soit bien à plat avant utilisation.
2. Pendant la course, veillez à fixer le verrou de sécurité (rouge) sur vos vêtements. En cas d'accident, cela permettra d'arrêter la machine immédiatement.
3. a. Veuillez consulter l'opinion de votre médecin de santé avant de faire de l'exercice.
b. Veuillez porter des vêtements de sport confortables lors de l'exercice, ne portez pas des chaussures avec la semelle souple, ou des copeaux de chaussures seront impliqués dans le moteur et le système de commande, et ce qui causera un dysfonctionnement
c. Maintenez le local propre et bien rangé, évitez que les saletés soient absorbées dans le tapis roulant, ce qui causera le dysfonctionnement.
d. Le poids de l'utilisateur ne doit pas dépasser 100 kg.
4. Ce produit est destiné à l'utilisation par une seule personne lorsqu'il est en cours de fonctionnement. Pour éviter tout accident, veuillez ne laisser pas les enfants ou les animaux de compagnie jouer autour d'éviter les accidents.
5. Exigences minimales d'espacement pour placer le tapis de course dans la maison : minimum 1 mètre de chaque côté et à l'avant, au minimum 2 mètres à l'arrière.
6. Veuillez ne pas utiliser ce tapis roulant si la ligne électrique est cassée.
7. Si le tapis est endommagé ou cassé, veuillez ne pas l'utiliser et contactez le service client.
8. Veuillez ne pas toucher pas de pièces mobiles lorsque le tapis roulant est en cours de fonctionnement, n'appuyez jamais ou enfoncez des objets dans le tapis roulant.
9. Cette machine est adaptée pour une utilisation à l'intérieur, veuillez ne pas utiliser à l'extérieur ou dans le gymnase.
10. Placer le tapis roulant sur un plancher propre et lisse, le garder en bon état de ventilation, assurer l'appareil ventilé. Veillez à ce qu'il n'y ait pas d'objets pointus à proximité. Ne l'utilisez pas près des sources d'eau ou d'incendie.
11. Veuillez utiliser la main courante lors de monter ou descendre de la machine. Ne descendez pas du tapis roulant lorsqu'il n'est pas arrêté complètement. Si un accident se produit, vous devez retirer le verrou de sécurité, alors le tapis roulant s'arrêtera immédiatement.





12. N'utilisez pas cette machine lorsque vous utilisez de l'équipement d'oxygène ou que vous utilisez un vaporisateur près de lui.

13. Pour s'assurer que le tapis roulant fonctionne correctement, veuillez ne pas installer des accessoires qui ne sont pas fournis par l'usine d'origine.

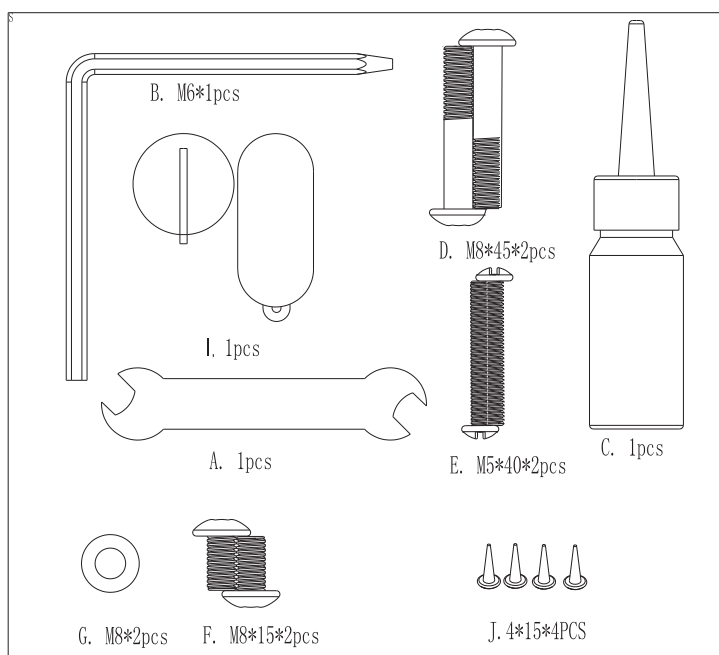
14. Maintenez toutes les parties du tapis roulant installées fermement.

15. Veuillez éteindre et débrancher la puissance après l'utilisation du tapis roulant. Lorsque vous n'utilisez pas le tapis roulant, veuillez garder le verrou de sécurité pour empêcher les tiers de l'utiliser.

3 . Spécifications d'emballage

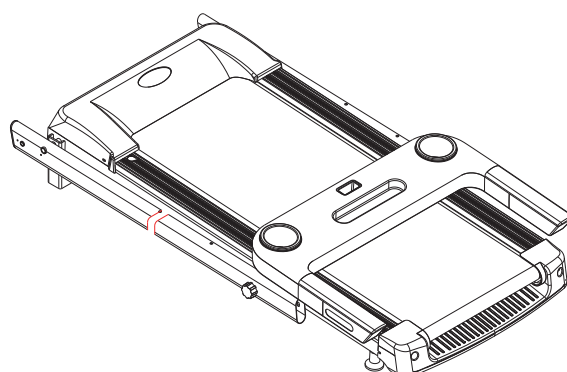
No	Composant	
1	CADRE	
2	MANUEL D'INSTRUCTIONS	
3	ÉCRAN	
4	CRIQUE CÔTÉ COLONNE	
5	PACK DE VIS	lcône de quatrième page

Pack de Vis

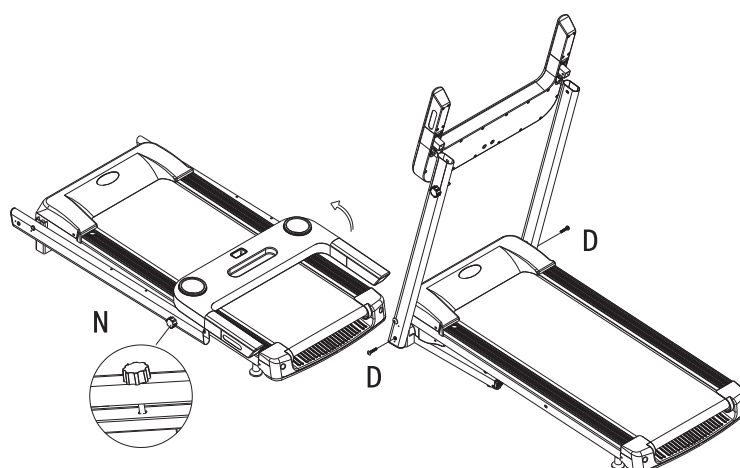


4. Instcutons d'Assemblage

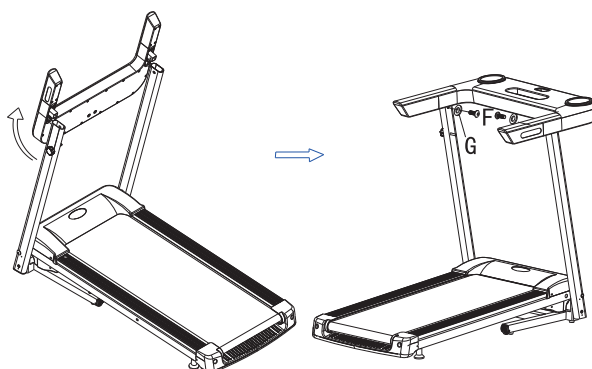
1 : Soulevez le cadre principal hors du carton et ouvrez l'attache de câble qui attache le cadre.



2 : Étendez le cadre : veuillez retirer la goupille de traction sur la colonne de N, et maintenez le cadre sur le sol avec l'autre main, fixez-la à la partie en tôle de la base avec des vis D # M8 * 45.

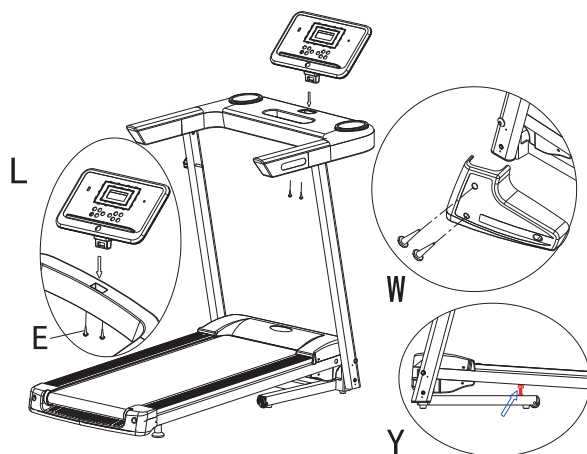


3: Assemblage du support de montre électronique: pliez d'abord le support de montre électronique dans la direction de la flèche, puis fixez le support de montre électronique sur la colonne avec des vis E#M5*40 (2 pièces) et des tampons G # M8 (2 pièces).



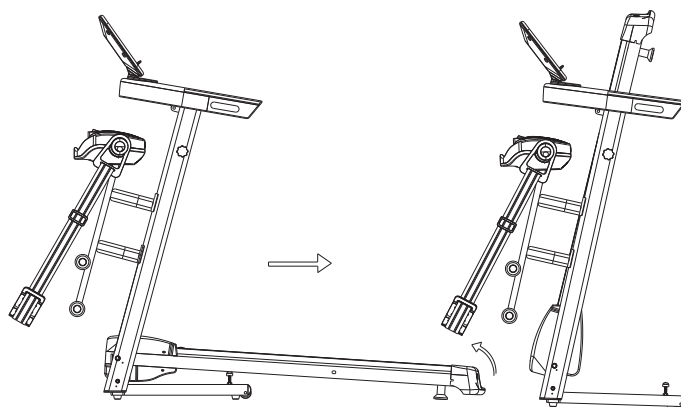
4 : A. Connectez les lignes de signal du montre électronique, puis placez le panneau sur le montre électronique comme indiqué par la direction de la flèche, puis fixez-le avec des vis E # M5 * 40 (2 pièces)..

B. La partie rouge indiquée par la flèche est le dispositif anti-déformation. En cours d'utilisation, veuillez ajuster l'appareil en fonction de votre propre poids pour éviter que la base ne soit retournée.

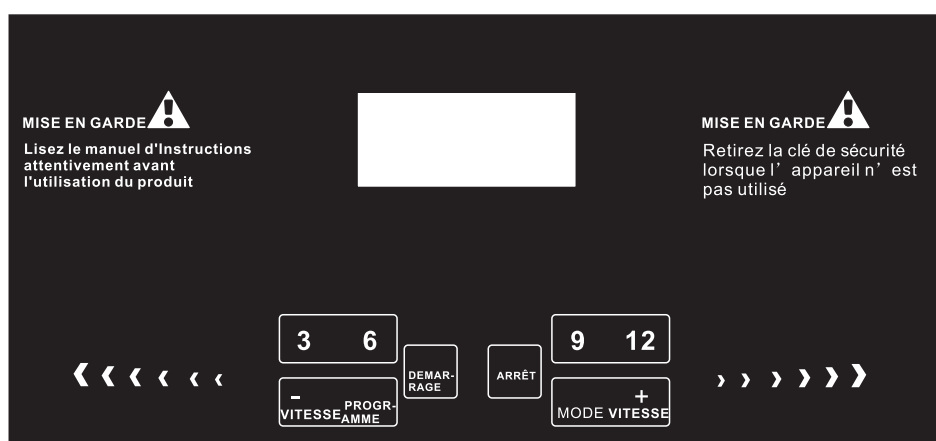


5: Pliez le produit : lorsque vous devez transporter ou que vous n'utilisez pas le tapis pendant une longue période, pliez-le comme indiqué ci-dessous.

Maintenez l'extrémité arrière de la plate-forme en cours d'exécution, et soulevez lentement la plate-forme en cours d'exécution dans la direction indiquée par la tête de coupe jusqu'à ce que la plate-forme de course soit sensiblement parallèle à la colonne. Tirez le bouton vers l'extérieur avec l'autre main pour vous assurer que l'arbre de fer bouton est inséré dans le côté du trou plié de la plate-forme de course intérieure.



5. Instructions de commande électrique



Démarrage : Démarrage normal après 3 secondes de compte à rebours.

Le nombre de programmes est les programmes automatiques P1 à P12.

Fonction de verrouillage de sécurité

Le débranchement du verrou de sécurité montre immédiatement que le tapis roulant « SECURITE » est rapidement arrêté, lorsque le verrou de sécurité est placé, que Le montre électronique est entièrement affiché pendant 2 secondes et toutes les données sont effacées.

Fonction clé

Bouton de démarrage, bouton d'arrêt :

« DEMARRAGE » est le bouton de départ. Lorsque le tapis roulant est arrêté, appuyez sur le bouton de démarrage, la vitesse affiche «1.0», et le tapis roulant commence.

« ARRÊT » est le bouton d'arrêt. Lorsque le tapis roulant est en marche, appuyez sur le bouton d'arrêt, toutes les données sont effacées, le tapis roulant s'arrête.

Clé du programme :

« **PROGAMME** » est la clé du programme. Dans l'état de veille, appuyez sur ce bouton pour parcourir le mode manuel jusqu'au programme automatique P1 à P12 ; le mode manuel est le mode de fonctionnement par défaut du système, la vitesse par défaut du mode manuel est de 1,0 km/h, et la vitesse de fonctionnement maximale est de 12,0 km/h.

Clé de mode :

« MODE » est le bouton mode. En mode veille, appuyez sur ce bouton pour parcourir trois modes de compte à rebours différents de l'opération à partir du temps, de la distance et des calories. Lors de la sélection de différents modes, la clé d'augmentation/diminution de vitesse peut être utilisée pour définir la valeur de compte à rebours pertinente. Lorsque vous avez terminé, appuyez sur le bouton « DEMARRAGE » pour démarrer le tapis roulant.

Bouton de vitesse :

« VITESSE+ » et « VITESSE- » sont les boutons d'augmentation et de diminution de vitesse : ils peuvent être utilisés pour ajuster la vitesse après le démarrage du tapis roulant, en marchant 0,1 km/temps, « VITESSE+ » et « VITESSE - » peuvent être utilisés pour paramétrer le tapis roulant. Pour ajuster la valeur définie.

Fonction d'indication

Affichage de la vitesse :

Affiche la valeur de vitesse de la course en cours.

Affichage de l'heure :

Affiche le temps de fonctionnement en mode manuel ou le compte à rebours de l'heure de fonctionnement en mode et en programme.

Affichage de la distance :

Affiche le total de distance en mode manuel et de programme ou l'inverse de la distance de marche du mode.

Affichage des calories :

Affiche l'accumulation de calories pendant l'exercice en mode manuel et mode de programme ou le nombre de calories en mode de fonctionnement.

La plage de données affichée par chaque fenêtre :

HEURE : 0 :00 - 99:59 (MIN)

DISTANCE : 0,00 - 99 (KM)

CALORIES : 0,0 - 990 (KC)

VITESSE : 1-12 KM/H

Programme automatique

Le temps de fonctionnement par défaut est de 10 minutes. Une fois le programme sélectionné, le temps de fonctionnement est défini. Le segment de programme de chaque programme est divisé en 10 segments, et le temps de fonctionnement de chaque bloc de programme est réparti uniformément. Le moteur fait arrêter le montre effacer après la durée de fonctionnement est terminée. Ce qui suit est un graphique de mouvement de 12 programmes.

Phase	Heure	Temps défini / 10 = Durée de vie à chaque étape									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	VITESSE	3	3	6	5	5	4	4	4	4	3
P2	VITESSE	3	3	4	4	5	5	5	6	6	4
P3	VITESSE	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
P4	VITESSE	3	3	5	6	7	6	5	4	3	3
P5	VITESSE	3	6	6	6	8	7	7	5	5	4
P6	VITESSE	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
P7	VITESSE	2	9	9	7	7	6	5	3	2	2
P8	VITESSE	2	4	4	4	5	6	8	8	6	2
P9	VITESSE	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2

P10	VITESSE	2	5	7	5	8	6	5	2	4	3
P11	VITESSE	2	5	6	7	8	9	10	5	3	2
P12	VITESSE	2	3	5	6	8	6	9	6	5	3

Réglage des paramètres en 3 modes

Le réglage du temps de compte à rebours est initialement de 30 :00 minutes, la plage de réglage est de 5: 00 à 90:00 minutes, et l'étape est de 1:00.

Le réglage calorique du compte de calories est : 100 kcal, la plage de réglage est de 20 à 990 kcal, étape 10.

La distance initiale de la distance de compte à rebours est de 5,0 km, la plage de réglage est de 0,5 à 99,0 km, et l'étape est de 0,1

La séquence de commutation de cycle est : manuel, temps, distance, calories.

Autres

Lorsqu'un paramètre de compte à rebours est exécuté, l'écran affiche END, et une alarme de 0,5 seconde toutes les 2 secondes jusqu'à ce que le tapis roulant s'arrête, arrêtez l'alarme, puis retournez à l'état du mode manuel. Le temps de compte à rebours, la calorie de compte à rebours, et la position de compte à rebours ne peuvent être réglés sur l'un d'eux. Exécutez le dernier paramètre, les paramètres définis sont décomptés, et les autres affichent le compte.

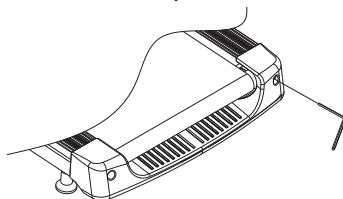
6. Instructions d'Entretien

Un entretien adéquat permet de maintenir votre tapis roulant en parfait état ; l'entretien incorrect peut blesser ou raccourcir la durée de vie de votre tapis roulant.

AVERTISSEMENT : Débranchez toujours le cordon d'alimentation du tapis roulant avant le nettoyage et l'entretien du produit !

1. Enlevez régulièrement la poussière et maintenez les pièces propres,
2. Après avoir utilisé le tapis roulant, essuyez l'instrument et les autres parties de la sueur et des débris avec une serviette ou un chiffon propre. Veillez à ne pas projeter d'eau sur les composants électriques et sous la courroie de course.
3. Placez votre tapis de course dans un environnement propre et sec, veillez à ce que l'alimentation soit coupée et débranchez-la.
4. Afin de faciliter le mouvement, le tapis roulant est équipé de roues installées. Veuillez confirmer que l'alimentation est déconnectée et que le corps est plié avant de bouger.
5. Inspectez et verrouillez toujours toutes les parties du tapis roulant ; certaines parties de l'anneau endommagé doivent être remplacées immédiatement.
6. Afin de mieux maintenir et prolonger la durée de vie du tapis roulant, il est recommandé de reposer le tapis roulant pendant 10 minutes après 30 minutes d'utilisation continue.
7. La courroie de course a été ajustée à l'usine, mais après utilisation, la courroie de course sera étirée, s'écartera de la position centrale et causera la bande de frottement de la courroie de course et la couverture arrière d'être endommagée. Il est normal que la

courroie de course soit étirée pendant l'utilisation. Après l'avoir utilisé pendant un certain temps, si vous courez avec un tapis roulant et qu'il est glissant ou non lisse, vous pouvez ajuster l'étanchéité de la courroie de course pour l'améliorer.



A. Réglage de serrage de courroie de course Si la courroie de course est trop lâche, veuillez insérer la clé hexagonale fournie dans le trou d'ajustement du pas du tapis roulant, tournez-le d'un quart de tour dans le sens horaire, puis réglez le pied droit pour qu'il tourne dans le sens horaire à 1/4 de tour, notez que la gauche et la droite doivent être ajustées de façon synchrone, de sorte que la courroie de course peut être serrée et la courroie de course ne s'écarte pas du point central. Si la courroie de course est trop serrée, la synchronisation gauche et droite sera ajustée dans le sens inverse horaire.

Note : La courroie de course ne peut pas être réglé trop étroitement. Cela brisera la courroie de course, augmentera la pression du tambour avant/arrière, endommagera le roulement à rouleaux, etc., produira un bruit anormal ou d'autres problèmes, et il est suffisant de régler la courroie de course sans glissement.

B. Réglage de l'alignement de la courroie de course

Lorsque vous utilisez le tapis roulant, la pression sur les deux courroies n'est pas la même lors de la course et la pression sur la courroie de course est déséquilibrée, ce qui fait que la courroie de course s'écarte du centre. Cette déviation est normale et elle retourne automatiquement au centre lorsque personne ne court sur la courroie de course. Si vous ne retournez pas au centre, vous devez retourner au centre.

Exécutez le tapis roulant sans charge, ajustez la vitesse à la sixième vitesse et observez la distance de la courroie de course aux barres latérales gauche et droite :

- S'il est à gauche, utilisez une clé hexagonale pour tourner la vis gauche d'un quart de tour dans le sens horaire ;
- S'il est incliné vers la droite, utilisez une clé hexagonale pour tourner la vis droite d'un quart de tour dans le sens horaire ;
- Si la courroie de course n'est toujours pas au milieu, répétez l'action ci-dessus jusqu'à ce qu'elle soit réglée au milieu.

Après ajustement de la courroie au milieu, ajustez la vitesse à la sixième vitesse, et observez l'écart de la courroie et l'état de fonctionnement lisse. S'il y a une déviation, répétez l'étape d'ajustement.

Attention ! Ne serrez pas trop les rouleaux ! Cela entraînera des dommages permanents au roulement !

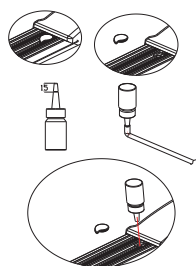
8. Huile lubrifiante

Le tapis roulant est lubrifié à l'usine, mais la lubrification du tapis roulant est souvent vérifiée pour aider à garder le tapis roulant dans une utilisation optimale. Le tapis roulant doit être lubrifié après un an d'utilisation ou 100 heures de fonctionnement.

Après 30 heures ou 30 jours d'utilisation, lorsque le tapis roulant est au repos, tirez la courroie de course sur le côté, et atteignez la surface de la plate-forme en cours d'exécution dans la mesure du possible. Si vous sentez le lubrifiant, vous n'avez pas besoin d'ajouter de l'huile lubrifiante ; si vous touchez la surface, il y a une forte sensation de sécheresse, veuillez suivre les instructions ci-dessous pour faire le plein. (Veuillez utiliser des lubrifiants non pétrolier)

Comment ajouter du lubrifiant ?

Veuillez fonctionner comme indiqué ci-dessous, ouvrez la barre latérale à gauche. Pour le couvercle décoratif de ravitaillement sur le côté avant, utilisez une paire de ciseaux ou un couteau utilitaire pour couper la bouteille d'huile en fonction de la taille de la figure, puis ajoutez l'huile selon l'icône du bas. Lors du remplissage, veuillez prêter attention à insérer le tige mince à l'extrémité avant de la bouteille d'huile dans le tuyau de remplissage de carburant sur la plate-forme. Entrez.



7 Pannes et dépannage

1. La montre électronique affiche le code de message d'erreur et l'élimine

Code par défaut	Code par défaut	Résolution par défaut
Er1	Le panneau d'affichage n'est pas connecté Signal reçu	1.1. Inspectez si la ligne de communication est desserrée, détachée ou endommagée ; 1.2. Inspectez ou remplacez le tableau électronique ; 1.3. Inspectez ou remplacez le contrôleur.
Er3	Supression	2.1. Veuillez vérifier si la tension sur la ligne d'alimentation est à une valeur normale. :AC 200-240V ; 2.2. Inspectez ou remplacez le contrôleur. 2.3. Inspectez ou remplacez le moteur.

Er4	Surintensité	<p>3.1. Inspectez si la surcharge ;</p> <p>3.2. Inspectez si les pièces de course mécaniques sont coincées ;</p> <p>3.3. Inspectez si l'absence d'agent de libération, et si l'agent de démoulage est manquant, la friction entre la courroie de course et le marchepied augmentera ;</p> <p>3.4. Inspectez si le marchepied est usé sérieusement ;</p> <p>3.5. Inspectez si la courroie de course est usée ;</p> <p>3.6. Inspectez si le câble moteur est court-circuité ;</p> <p>3.7. Inspectez ou remplacez le contrôleur ;</p> <p>3.8 Inspectez ou remplacez le moteur.</p>
Er5	Surcharge	<p>4.1. Inspectez si la surcharge ;</p> <p>4.2. Inspectez si les pièces de course mécaniques sont coincées ;</p> <p>4.3. Inspectez si l'absence d'agent démoulage, et si l'agent de démoulage est manquant, la friction entre la courroie et le marchepied augmentera ;</p> <p>4.4. Inspectez si le panneau courant porte et déchire sérieusement ;</p> <p>4.5. Inspectez si la courroie de course est usée ;</p> <p>4.6. Inspectez si le câble moteur est court-circuité ;</p> <p>4.7. Inspectez ou remplacez le contrôleur ;</p> <p>4.8 Inspectez ou remplacez le moteur.</p>
Er6	Moteur non connecté	<p>5.1. Inspectez si la ligne moteur lâche ou tombe ;</p> <p>5.2. Inspectez ou remplacez le moteur ;</p> <p>5.3. Inspectez ou remplacez le contrôleur</p>

Er7	Indique que la carte mère n'a pas reçu le signal	6.1. Inspectez si le câble de communication est desserré, détaché ou endommagé ; 6.2. Inspectez ou remplacez la carte électronique ; 6.3. Inspectez ou remplacez le contrôleur.
Er13	Circuit court IGBT	7.1 Inspectez ou remplacez le contrôleur
Er14	Court-circuit de la charge	8.1 Vérifiez la sortie du contrôleur pour détecter les corps étrangers provoquant un court-circuit ; 8.2 Inspectez ou remplacez le moteur.

2. Pannes communs et méthodes de dépannage

1. Certains ou tous les boutons ne fonctionnent pas bien

1.1 Découvrez le boîtier supérieur de la montre électronique, et testez si les boutons fonctionnent ;

1.2 Inspectez ou remplacez la carte électronique ;

1.3 Inspectez que le bouton peut fonctionner après la remise sous tension.

1. La montre électronique ne s'affiche pas

Méthodes de dépannage :

2.1 Inspectez si la tension d'entrée est dans la plage autorisée :CA 100-120V / CA 200-240 V;

2.2 Inspectez si l'interrupteur de la machine de course électrique est activé ;

2.3 Inspectez si le fusible à l'intérieur de la prise de courant est brisé. S'il est brisé, remplacez-le par un fusible de rechange ;

2.4 Inspectez le contrôleur, si la LED est allumée ;

2.5 Inspectez chaque câble ;

2.6 Inspectez ou remplacez la carte électronique ;

2.7 Inspectez ou remplacez la carte de commande.

2. Autres pannes et dépannage

a. Le tapis roulant ne peut pas commencer

Inspectez si la prise de courant est branchée, l'interrupteur d'alimentation est activé, et le commutateur de sécurité est enlevé.

b. Le tapis roulant est glissant

Régalez la courroie de course étroitement en vous référant aux instructions.

c. Déviation de la courroie de course

Consultez les instructions pour régler la courroie au centre.

D. Son anormal

Inspectez si les vis de la machine sont desserrées et la courroie de course doit être lubrifiée.

8. Directives d'Exercice

- Consulter votre médecin avant de commencer un programme d'exercice ou de formation. Veuillez suivre les conseils et les instructions du médecin pour la formation.
- Définissez vos objectifs avec votre médecin avant de pouvoir vous assurer que le programme est réaliste et commencez le programme de formation avec facilité.
- Vous pouvez ajouter un peu d'exercice aérobic à votre programme d'exercice, comme la marche, le jogging, la natation, la danse ou le vélo. Inspectez toujours le pulse. Si vous ne disposez pas d'un moniteur de rythme cardiaque électronique, demandez à votre médecin comment mesurer le pouls à la main ou au cou. De plus, vous devez fixer la fréquence cardiaque cible en fonction de l'âge et du bien-être physique.
- Buvez beaucoup d'eau pendant l'exercice. Vous devez reconstituer l'humidité perdue de l'exercice excessif pour prévenir la déshydratation. Évitez de boire beaucoup d'eau glacée ou de boissons, d'eau potable ou de boissons à température ambiante.

9. Exercices conseillés

Echauffez-vous avant l'entraînement et étirez-vous en fin d'entraînement :

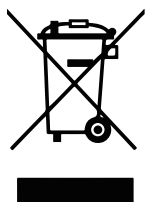
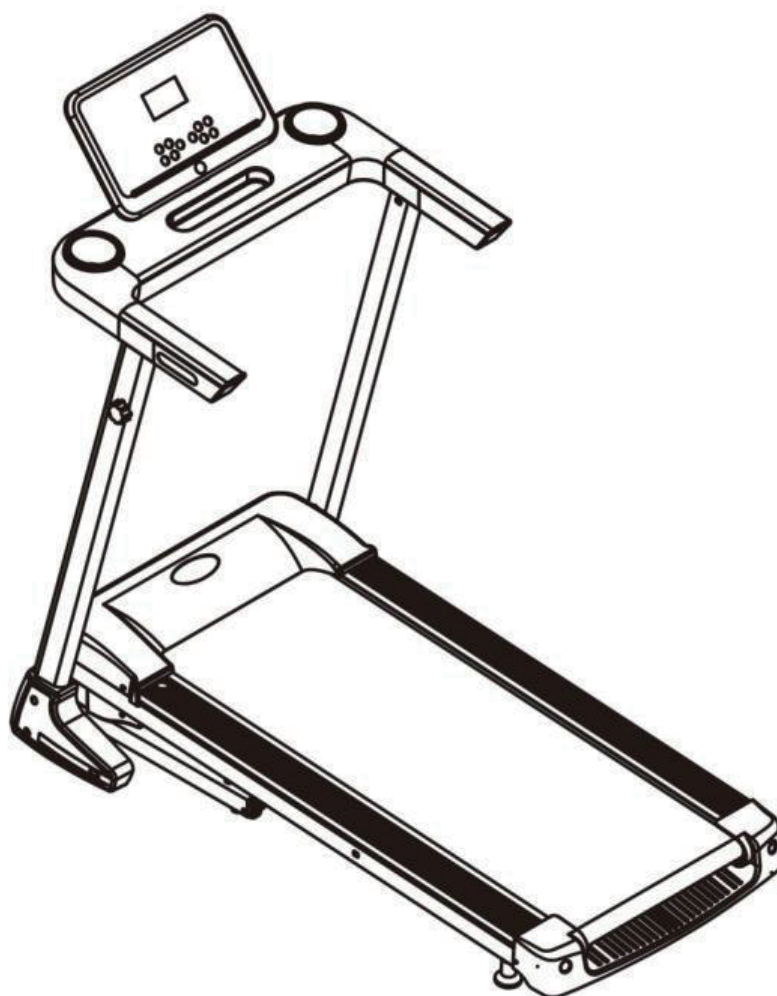
Un programme d'exercice réussi doit inclure un échauffement, l'exercice et un étirement en fin de séance. Le nombre d'exercices sera d'au moins deux ou trois fois par semaine, et un jour après l'exercice, vous pouvez augmenter le nombre d'exercices à quatre à cinq jours après quelques mois. L'échauffement est une partie importante de votre programme. Echauffez-vous avant chaque exercice, afin de préparer votre corps à un exercice plus intense : cela va aider vos muscles à s'échauffer et s'étirer, améliorer la circulation sanguine, augmenter le pouls et fournir plus d'oxygène aux muscles. Après l'exercice, un étirement est nécessaire de façon à limiter les douleurs musculaires. Nous recommandons les exercices d'échauffement et d'étirement suivants.



IN240500109V01_UK_FR_ES_DE_IT

A90-211V70_A90-211V90

DE



WICHTIG - BITTE HEBEN SIE DIESE ANLEITUNG FÜR
EINE SPÄTERE BEZUGNAHME AUF: SORGFÄLTIG DURCHLESEN

MONTAGEANLEITUNG

1. Katalog

Anzahl	Inhalt
1	Katalog
2	Sicherheitshinweise
3	Verpackungsspezifikationen
4	Montageanleitung
5	Anleitung zur elektrischen Steuerung
6	Wartungshinweise
7	Ausfälle und Fehlersuche
8	Übungsrichtlinien
9	Aufwärm-Übungen

Danke dafür, dass Sie sich für das elektrische Laufband für die Heimanwendung entschieden haben. Unsere Produkte werden Ihren Gesundheitszustand verbessern, je vertrauter Sie mit Ihrem Laufband sind, desto einfacher und komfortabler ist die Anwendung. Lesen Sie daher bitte diese Anleitung sorgfältig durch, bevor Sie das neue Laufband verwenden.

Um die maximale Qualität der Produkte zu gewährleisten, werden für alle Teile dieses Laufbands hochwertige Materialien verwendet und strenge Kontrollen und Tests durchgeführt. Diese Anleitung wird Sie bei der Montage, dem Gebrauch und der Wartung des Laufbandes unterstützen.

Danke für die Verwendung!

2. Sicherheitshinweise

A. Wir haben bei der Entwicklung und Herstellung dieses Laufbandes viele Sicherheitsprobleme berücksichtigt, um Ihre Sicherheit zu gewährleisten. Lesen Sie bitte alle Inhalte dieser Anleitung vor dem Gebrauch sorgfältig durch.



RISIKO

B. Verwenden Sie das Herzfrequenzmessgerät nicht zusammen mit anderen kabellosen Herzfrequenzmessgeräten, da sonst elektrische Störungen kommen kann.



WARNUNG





Bitte beachten Sie die folgenden Hinweise, um Verletzungen bei Ihnen oder anderen zu vermeiden.

1. Um Unfälle oder Risiken zu vermeiden, stellen Sie bitte sicher, dass das Laufband vollständig geerdet ist, bevor Sie es benutzen.
2. Während des Betriebs heften Sie bitte die Sicherheitsverriegelung (rot) an eine geeignete Position an Ihrer Kleidung. Bei Auftreten eines unvorhergesehenen Umstands, fällt sie sofort ab und deaktiviert das Gerät
3. a. Bitte holen Sie vor dem Training den Rat Ihres Arztes ein.
b. Bitte tragen Sie beim Training bequeme Sportkleidung und keine Schuhe mit weicher Sohle, da sonst Schuhspäne in den Motor und das Steuersystem gelangen und Betriebsstörungen verursachen können
c. Halten Sie den Raum sauber und aufgeräumt, vermeiden Sie das Eindringen von Schmutz in das Laufband, was Betriebsstörungen verursacht.
d. Das Benutzergewicht sollte 100 kg nicht überschreiten.
4. Dieses Produkt ist nur für den Gebrauch jeweils einer Person bestimmt, wenn es in Betrieb ist. Um Unfälle zu vermeiden, halten Sie bitte Kinder oder Haustiere vom Gerät fern.
5. Die Mindestabstände für die Aufstellung des Laufbandes in der Wohnung: mindestens 100 cm vorne und an beiden Seiten, mindestens 200 cm an der Rückseite.
6. Bitte benutzen Sie dieses Laufband nicht, wenn die Stromleitung unterbrochen ist.
7. Wenn das Laufband beschädigt oder defekt ist, benutzen Sie es bitte nicht und nehmen Sie die Garantie in Anspruch.
8. Bitte berühren Sie keine beweglichen Teile, wenn das Laufband läuft und drücken oder stopfen Sie niemals irgendwelche Gegenstände in das Laufband.
9. Dieses Gerät ist für den Innenbereich geeignet, verwenden Sie es bitte nicht im Freien oder in der Turnhalle.
10. Stellen Sie das Laufband auf einen sauberen und glatten Boden und sorgen Sie für eine gute Belüftung des Geräts. Stellen Sie sicher, dass sich keine scharfen Gegenstände in der Nähe befinden. Verwenden Sie es nicht in der Nähe von Wasser oder Feuerquellen.
11. Benutzen Sie beim Auf- und Absteigen den Handlauf. Steigen Sie nicht vom Laufband ab, bevor das Laufband vollständig zum Stillstand gekommen ist. Im Falle eines Unfalls, ziehen Sie die Sicherheitssperre, das Laufband stoppt sofort.
12. Verwenden Sie dieses Gerät nicht, wenn Sie Sauerstoffgeräte benutzen oder in der Nähe Spray verwenden.
13. Um einen einwandfreien Lauf des Laufbandes zu gewährleisten, montieren Sie bitte kein Zubehör, das nicht vom Originalhersteller geliefert wurde.

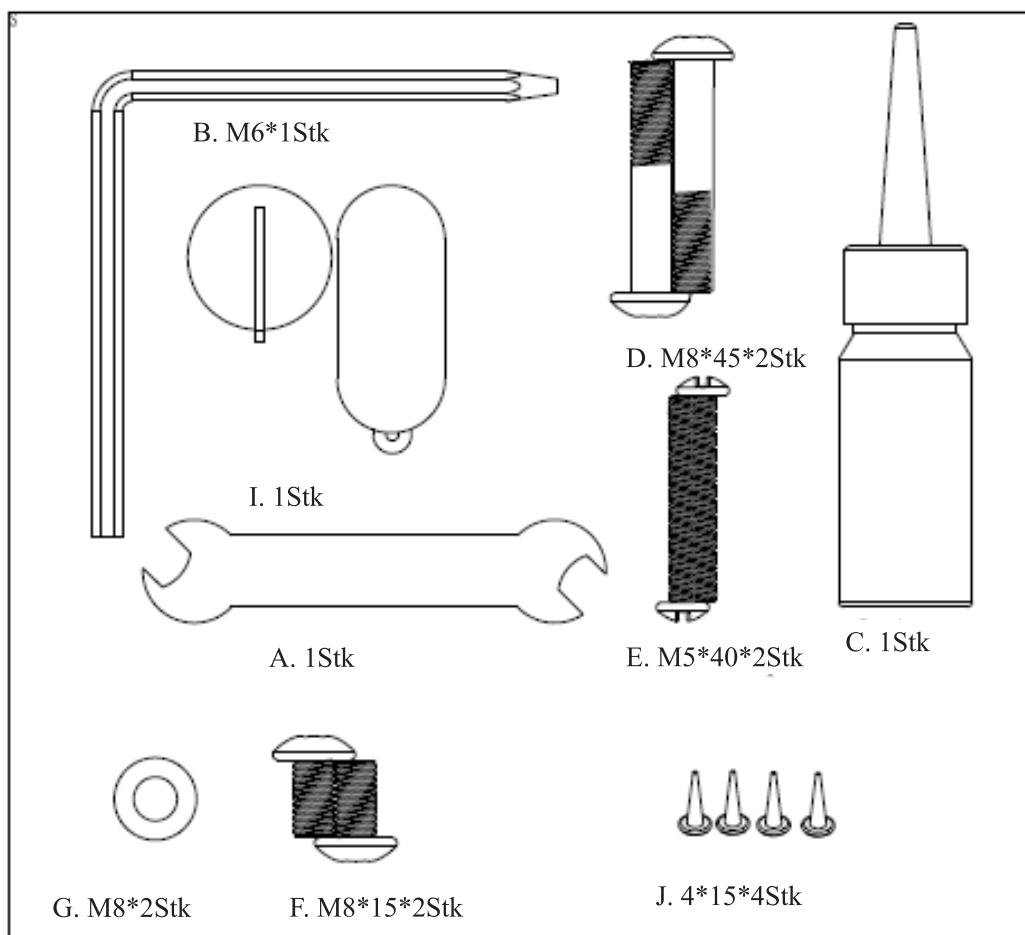
14. Alle Teile des Laufbands müssen fest montiert sein.

15. Wenn Sie das Laufband nicht benutzen, bewahren Sie bitte das Sicherheitsschloss sicher auf, um eine Verwendung durch Dritte zu verhindern.

3. Verpackungsspezifikationen

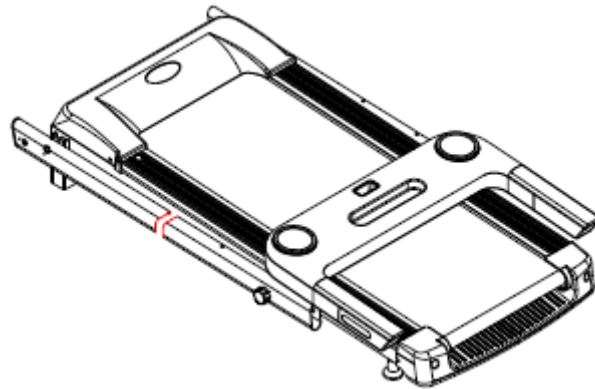
Anzahl	Komponente	
1	RAHMEN	
2	HANDBUCH	
3	ANZEIGE	
4	FACH AN DER SÄULENSEITE	
5	SCHRAUBENPACK	Ikön der vierten Seite

Schraubenpack

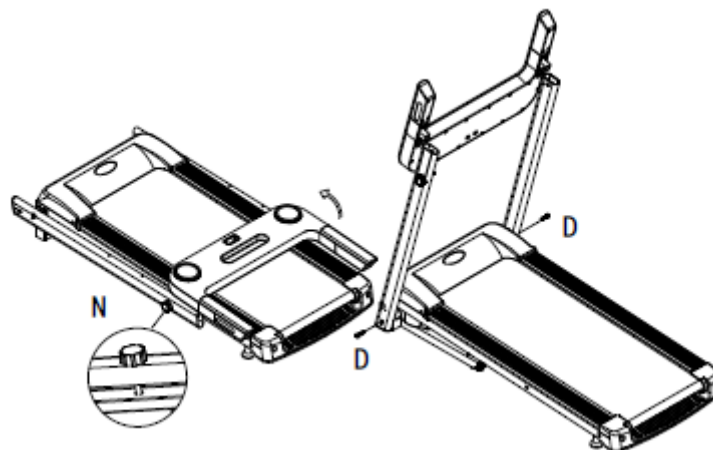


4. Montageanleitung

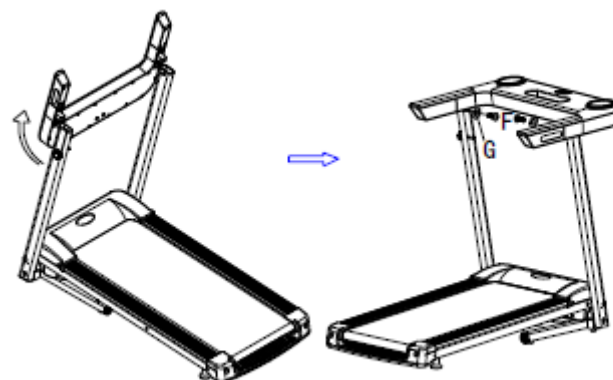
1: Heben Sie den Hauptrahmen aus dem Karton und öffnen Sie den Kabelbinder, der den Rahmen bündelt.



2: Öffnen Sie den Rahmen: Ziehen Sie bitte den Zugstift an der N-Säule heraus, und halten Sie den Rahmen mit der anderen Hand auf dem Boden fest, befestigen Sie ihn mit D#M8*45-Schrauben am Blechteil der Basis.

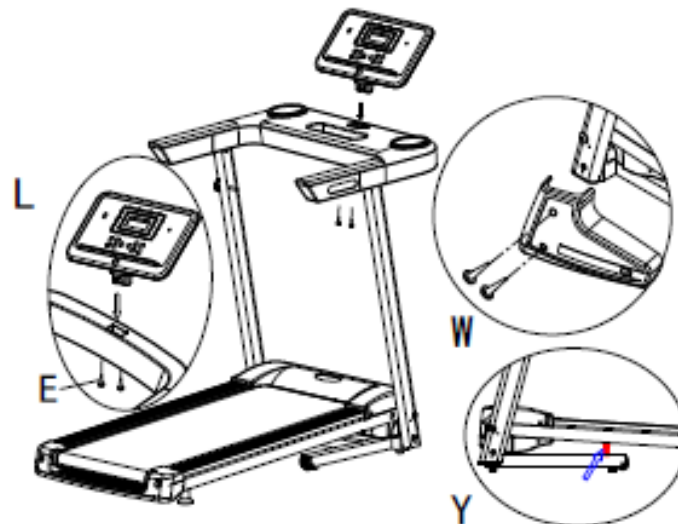


3: Montage des Ständers des elektronischen Messgeräts: Klappen Sie zuerst den Ständer des elektronischen Messgeräts in Pfeilrichtung auf, und befestigen Sie dann den Ständer des elektronischen Messgeräts mit F#M8*15-Schrauben (2 Stück) und G#M8-Pads (2 Stück) an der Säule.



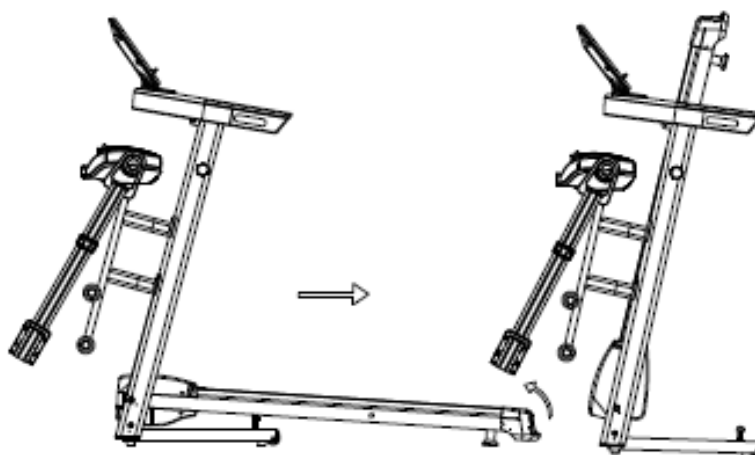
4: A. Schließen Sie vorerst die Signalleitungen des elektronischen Messgeräts an, und setzen Sie dann die Platte in Pfeilrichtung auf das elektronische Messgerät. Befestigen Sie sie dann mit E#M5*40-Schrauben (2 Stück).

B. Der mit dem Pfeil gekennzeichnete rote Teil ist die Verzerrungs-Schutzvorrichtung. Stellen Sie die Vorrichtung bei Gebrauch bitte entsprechend Ihrem eigenen Gewicht ein, um ein Umkippen der Basis zu vermeiden.

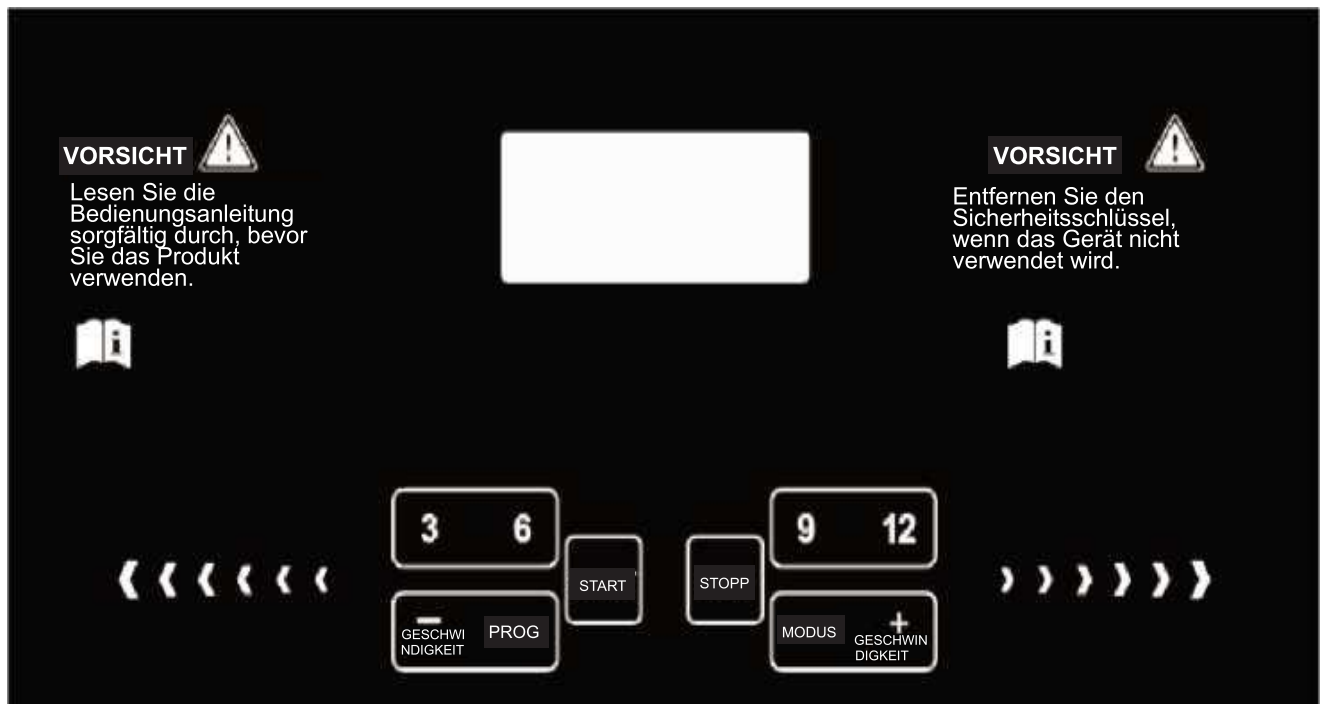


5: Falten Sie das Produkt: Wenn Sie dieses Produkt eine längere Zeit tragen oder verwenden müssen, falten Sie es wie unten gezeigt zusammen:

Halten Sie das hintere Ende der Laufplattform fest und heben Sie die Laufplattform langsam in die vom Schneidekopf angezeigte Richtung an, bis die Laufplattform vorwiegend parallel zur Säule steht. Ziehen Sie den Knopf mit der anderen Hand nach außen, um sicherzustellen, dass der Metallschaft des Knopfes seitlich in die gefaltete Öffnung der inneren Lafebene eingeführt wird.



5. Anleitung zur elektrischen Steuerung



Boot-Start: Normaler Start nach 3 Sekunden Countdown.

Die Anzahl der Programme ist P1~P12 automatische Programme.

Sicherheitssperren-Funktion

Wenn die Sicherheitssperre entfernt wird, wird das "SICHERHEITS"-Laufband schnell gestoppt. Wenn die Sicherheitssperre aktiviert ist, wird die elektronische Uhr 2 Sekunden lang vollständig angezeigt und alle Daten werden gelöscht.

Tastenfunktionen

Start-Taste, Stopp-Taste:

„START“ ist die Starttaste. Wenn das Laufband gestoppt ist, drücken Sie die Starttaste, die Geschwindigkeitsanzeige zeigt „1.0“ an und das Laufband startet.

„STOPP“ ist die Stopptaste. Wenn das Laufband läuft, drücken Sie die Stopptaste, alle Daten werden gelöscht, das Laufband bleibt stehen.

Programmtaste:

„PROGRAMM“ ist die Programmtaste. Drücken Sie im Standby-Zustand diese Taste, um anhand des manuellen Modus zum Automatikprogramm P1 - P12 zu wechseln; der manuelle Modus ist der Standardbetriebsmodus des Systems, die Standardgeschwindigkeit des manuellen Modus ist 1,0km/h, und die maximale Fahrgeschwindigkeit beträgt 12,0km/h.

Modus-Taste:

„MODUS“ ist die Modustaste. Drücken Sie diese Taste im Standby-Modus, um durch drei verschiedene Countdown-Betriebsmodi, Zeit, Entfernung und Kalorien zu schalten. Wenn Sie verschiedene Modi auswählen, können Sie anhand der Taste zum Erhöhen/Verringern der Geschwindigkeit den entsprechenden Countdown-Wert einstellen. Wenn Sie fertig sind, drücken Sie die „START“ -Taste, um das Laufband zu starten.

Geschwindigkeitstaste:

„GESCHWINDIGKEIT+“ und „GESCHWINDIGKEIT -“ sind die Geschwindigkeits-Erhöungs- und -Verminderungstasten: mit ihnen kann die Geschwindigkeit nach dem Start des Laufbandes in 0,1Km-Schritten/Zeit eingestellt werden, „GESCHWINDIGKEIT+“ und „GESCHWINDIGKEIT -“ können zur Parametrierung des Laufbandes verwendet werden. So stellen Sie den gewünschten Wert ein.

Anzeigenfunktion

Geschwindigkeitsanzeige:

Zeigt den Geschwindigkeitswert des aktuellen Laufs an.

Zeitanzeige:

Zeigt die Laufzeit im manuellen Betrieb oder den Laufzeit-Countdown im Modus und Programm an.

Streckenanzeige:

Zeigt die Gesamtstrecke im manuellen und Programmmodus, oder die umgekehrte Laufstrecke im Modus an.

Kalorienanzeige:

Zeigt die Kalorienansammlung während des Trainings im manuellen und Programm-Modus oder die Kalorienzahl im Modus-Betrieb an.

Der angezeigte Datenbereich jedes Fensters:

ZEIT: 0:00 - 99:59 (MIN)

STRECKE: 0,00 - 99 (KM)

KALORIEN: 0,0 - 990 (KC)

GESCHWINDIGKEIT: 1-12KM/H

Automatisches Programm

Die Standardlaufzeit beträgt 10 Minuten. Nachdem das Programm ausgewählt wurde, wird die Laufzeit eingestellt. Das Programmsegment jedes Programms ist in 10 Segmente unterteilt, und die Laufzeit jedes Programmsatzes ist gleichmäßig verteilt. Der Motor stoppt und löscht die Anzeige des Messgeräts nach dem Ablauf der Laufzeit. Im Folgenden finden Sie ein Bewegungsschema mit 12 Programmen.

Phase \ Zeit		Eingestellte Zeit / 10 = Laufzeit je Phase									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	GESCHWINDIGKEIT	3	3	6	5	5	4	4	4	4	3
P2	GESCHWINDIGKEIT	3	3	4	4	5	5	5	6	6	4
P3	GESCHWINDIGKEIT	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
P4	GESCHWINDIGKEIT	3	3	5	6	7	6	5	4	3	3
P5	GESCHWINDIGKEIT	3	6	6	6	8	7	7	5	5	4
P6	GESCHWINDIGKEIT	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
P7	GESCHWINDIGKEIT	2	9	9	7	7	6	5	3	2	2
P8	GESCHWINDIGKEIT	2	4	4	4	5	6	8	8	6	2
P9	GESCHWINDIGKEIT	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
P10	GESCHWINDIGKEIT	2	5	7	5	8	6	5	2	4	3
P11	GESCHWINDIGKEIT	2	5	6	7	8	9	10	5	3	2
P12	GESCHWINDIGKEIT	2	3	5	6	8	6	9	6	5	3

Parametereinstellung in 3 Modi

Die Einstellung der Countdown-Zeit ist anfänglich 30:00 Minuten, der Einstellbereich ist 5:00-90:00 Minuten, und jeder Schritt ist 1:00.

Die Kalorieneinstellung des Kalorienzählers: 100 kcal, der Einstellbereich ist 20-990 kcal, Schritt 10.

Die Anfangsstrecke der Countdown-Strecke ist 5,0 km, der Einstellbereich ist 0,5-99,0 km, und jeder Schritt ist 0,1

Die Zyklus-Schaltfolge: manuell, Zeit, Strecke, Kalorien.

Andere

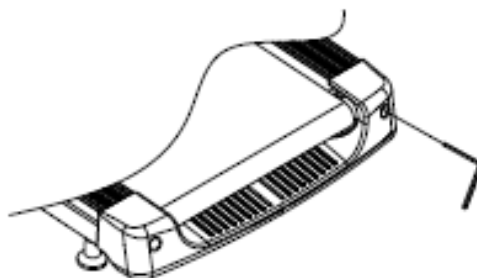
Wenn ein Countdown-Parameter läuft, zeigt die Anzeige ENDE und alle 2 Sekunden einen 0,5-Sekunden-Alarm an, bis das Laufband anhält, den Alarm stoppt und dann in den manuellen Modus-Stand zurückkehrt. Die Countdown-Zeit, Countdown-Kalorien und Countdown-Strecke können jeweils nur auf einen dieser Werte eingestellt werden. Wenn Sie die letzte Einstellung ausführen, werden die eingestellten Parameter im Countdown gezählt, und die andere Anzeige zeigt eine positive Zählung an.

6. Wartungsanweisungen

Mit der ordnungsgemäßen Wartung bewahren Sie Ihr Laufband in einem Top-Zustand; die nicht-sachgemäße Wartung kann die Lebensdauer Ihres Laufbandes beeinträchtigen oder verkürzen.

WARNUNG: Trennen Sie immer den Netzstecker des Laufbandes, bevor Sie das Produkt reinigen oder warten!

1. Entfernen Sie regelmäßig Staub, um die Teile sauber zu halten,
2. Wischen Sie nach der Benutzung des Laufbands das Gerät und andere Teile von Schweiß und Schmutz mit einem sauberen Handtuch oder Tuch ab. Achten Sie darauf, dass kein Wasser auf die elektrischen Komponenten und unter dem Laufband gespritzt wird.
3. Stellen Sie Ihr Laufband in einer sauberen, trockenen Umgebung auf, vergewissern Sie sich, dass der Strom ausgeschaltet ist, und trennen Sie den Netzstecker.
4. Um den Transport zu erleichtern, ist das Laufband mit eingebauten Rädern ausgestattet. Vergewissern Sie sich, dass die Stromzufuhr unterbrochen und der Rahmen zusammengeklappt ist, bevor Sie es bewegen.
5. Überprüfen und sichern Sie immer alle Teile des Laufbandes; beschädigte Teile müssen sofort ersetzt werden.
6. Um den Lebenszyklus des Laufbands zu verlängern und das Gerät in einem guten Zustand zu erhalten, wird empfohlen, das Laufband nach 30 Minuten Dauerbetrieb 10 Minuten lang ruhen zu lassen.
7. Das Laufband wurde werkseitig eingestellt, nach dem Gebrauch wird das Laufband jedoch gedehnt, weicht von der Mittelposition ab und führt zu einer Beschädigung der Laufband-Reibleiste, sowie der hinteren Abdeckung. Es ist normal, dass das Laufband während der Verwendung gedehnt wird. Wenn das Laufband nach längerer Verwendung rutschig oder nicht glatt ist, können Sie die Straffheit des Laufbands anpassen, um das Problem zu beheben.



- A. Einstellen der Laufbandstraffung. Wenn das Laufband zu locker ist, führen Sie bitte den mitgelieferten Sechskantschlüssel in das Einstellloch des linken Fußhalters des Laufbandes ein und drehen Sie ihn um 1/4 Umdrehung im Uhrzeigersinn. Stellen Sie dann den rechten Fußhalter um 1/4 Umdrehungen im

Uhrzeigersinn ein. Beachten Sie, dass links und rechts synchron eingestellt werden müssen, damit das Laufband gestrafft werden kann und das Laufband nicht vom Mittelpunkt abweicht. Wenn das Laufband zu straff gezogen ist, wird die linke und rechte Synchronisation gegen den Uhrzeigersinn eingestellt. Hinweis: Der Laufband darf nicht zu straff eingestellt werden. Wenn es zu straff eingestellt ist, kann das Laufband reißen, der Druck der vorderen/hinteren Trommel wird erhöht, das Rollenlager wird beschädigt, usw. Es entstehen abnormale Geräusche oder andere Probleme, wobei das Laufband nur eingestellt werden muss, ohne zu rutschen.

B. Einstellen der Laufbandausrichtung

Wenn Sie das Laufband benutzen, ist der Druck auf die beiden Bänder beim Laufen nicht gleich, und der Druck auf das Laufband ist unausgewogen, wodurch das Laufband von der Mitte abweicht. Diese Abweichung ist normal und sie kehrt automatisch in die Mitte zurück, wenn niemand auf dem Laufband läuft. Wenn das Laufband nicht in die Mitte zurückkehrt, müssen Sie wieder in die Mitte einstellen.

Lassen Sie das Laufband ohne Last laufen, stellen Sie die Geschwindigkeit auf den sechsten Gang ein und beobachten Sie den Abstand des Laufbandes zu den linken und rechten Seitenleisten:

- Wenn es nach links zeigt, drehen Sie die linke Schraube mit einem Sechskantschlüssel um eine 1/4 Umdrehung im Uhrzeigersinn;
- Wenn es nach rechts verrutscht, verwenden Sie einen Sechskantschlüssel, um die rechte Schraube um 1/4 Umdrehung im Uhrzeigersinn zu drehen;
- Falls das Laufband noch immer nicht in der Mitte läuft, wiederholen Sie den oben beschriebenen Vorgang, bis das Laufband in der Mitte eingestellt ist.

Nachdem Sie das Laufband auf die Mitte eingestellt haben, stellen Sie die Geschwindigkeit auf den sechsten Gang ein und beobachten Sie die Abweichung des Laufbands und den Leichtlaufzustand. Wiederholen Sie bei Abweichungen den Einstellschritt.

Warnung! Ziehen Sie die Rollen nicht zu fest an! Dies verursacht eine dauerhafte Beschädigung des Rollenlagers!

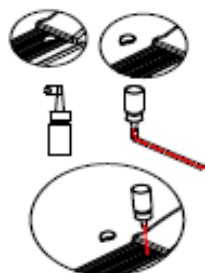
8. Schmieröl

Das Laufband ist werksseitig geschmiert, die Schmierfähigkeit des Laufbandes wird jedoch häufig überprüft, um das Laufband optimal zu verwenden. Das Laufband muss nach einem Jahr oder 100 Betriebsstunden der Verwendung geschmiert werden.

Ziehen Sie das Laufband nach 30 Stunden oder 30 Tagen Betrieb im Ruhezustand des Laufbandes seitlich hoch und überprüfen Sie die Oberfläche der Laufplattform so weit wie möglich. Wenn Sie das Schmiermittel spüren, brauchen Sie kein Schmieröl nachzufüllen; falls sich die Oberfläche sehr trocken anfühlt, befolgen Sie bitte die untenstehenden Anweisungen zum Nachfüllen. (Bitte verwenden Sie keine Öl-basierte Schmiermittel)

Wie wird Schmiermittel angebracht?

Gehen Sie bitte wie unten angezeigt vor, öffnen Sie die linke Seitenleiste. Für die Betankungszierabdeckung auf der Vorderseite, schneiden Sie die Ölflasche für den Tankdeckel auf der Vorderseite mit einer Schere oder einem Universalmesser entsprechend der Größe der Figur auf und füllen Sie das Öl gemäß dem unteren Symbol nach. Achten Sie beim Befüllen darauf, den dünnen Stab am vorderen Ende der Ölflasche in den Einfüllstutzen an der Plattform einzuführen. Führen Sie den Vorgang durch.



7. Ausfälle und Fehlersuche

1. Die elektronische Uhr zeigt einen Fehlermeldungscode an und fährt herunter

Standard-Code	Standard-Code	Standardauflösung
Er1	Die Anzeigetafel ist nicht angeschlossen Empfangenes Signal	1.1. Überprüfen Sie, ob die Kommunikationsleitung lose, getrennt oder beschädigt ist; 1.2. Überprüfen oder ersetzen Sie die Elektronikplatine; 1.3. Überprüfen oder ersetzen Sie den Controller.
Er3	Überdruck	2.1. Bitte prüfen Sie, ob die Spannung auf der Stromversorgungsleitung einen normalen Wert aufweist: AC 200-240V; 2.2. Überprüfen oder ersetzen Sie den Controller. 2.3. Überprüfen oder ersetzen Sie den Motor.
Er4	Überspannung	3.1. Prüfen Sie, ob eine Überspannung vorliegt; 3.2. Prüfen Sie, ob die mechanischen Laufteile verklemt sind; 3.3. Prüfen Sie, ob ein Trennmittel fehlt. Fehlt das Trennmittel, erhöht sich die Reibung zwischen dem Laufband und dem Trittbrett; 3.4. Prüfen Sie, ob das Trittbrett stark abgenutzt ist; 3.5. Prüfen Sie, ob das Laufband verschlissen ist; 3.6. Prüfen Sie, ob das Motorkabel kurzgeschlossen ist; 3.7. Überprüfen oder ersetzen Sie den Controller; 3.8. Überprüfen oder ersetzen Sie den Motor.

Er5	Überlast	<p>4.1. Prüfen Sie, ob eine Überspannung vorliegt;</p> <p>4.2. Prüfen Sie, ob die mechanischen Laufteile verklemmt sind;</p> <p>4.3. Prüfen Sie, ob ein Trennmittel fehlt. Fehlt das Trennmittel, erhöht sich die Reibung zwischen dem Laufband und dem Trittbrett;</p> <p>4.4. Prüfen Sie, ob das Trittbrett stark abgenutzt ist;</p> <p>4.5. Prüfen Sie, ob das Laufband verschlissen ist;</p> <p>4.6. Prüfen Sie, ob das Motorkabel kurzgeschlossen ist;</p> <p>4.7. Überprüfen oder ersetzen Sie den Controller;</p> <p>4.8 Überprüfen oder ersetzen Sie den Motor.</p>
Er6	Der Motor ist nicht angeschlossen	<p>5.1. Überprüfen Sie, ob das Motorkabel lose oder getrennt ist;</p> <p>5.2 . Überprüfen oder ersetzen Sie den Motor;</p> <p>5.3. Überprüfen oder ersetzen Sie den Controller</p>
Er7	Zeigt an, dass die Hauptplatine das Signal nicht empfangen hat	<p>6.1. Überprüfen Sie, ob das Kommunikationskabel lose, getrennt oder beschädigt ist;</p> <p>6.2. Überprüfen oder ersetzen Sie die Elektronikplatine;</p> <p>6.3. Überprüfen oder ersetzen Sie den Controller.</p>
Er13	IGBT-Kurzschluss	<p>7.1. Überprüfen oder ersetzen Sie den Controller</p>
Er14	Spannungskurzschluss	<p>8.1. Prüfen Sie den Ausgang des Controllers auf Fremdkörper, die einen Kurzschluss verursachen könnten;</p> <p>8.2. Überprüfen oder ersetzen Sie den Motor.</p>

1. Häufige Probleme und Methoden zur Fehlerbehebung

1. Einige oder alle Tasten funktionieren nicht ordnungsgemäss

1.1 Legen Sie das obere Gehäuse der elektronischen Uhr frei und prüfen Sie, ob die Tasten funktionieren;

1.2 Überprüfen oder ersetzen Sie die Elektronikplatine;

1.3 Prüfen Sie, ob sich die Taste nach dem Wiedereinschalten des Geräts betätigen lässt.

2. Die Anzeige der elektronischen Uhr funktioniert nicht

Methoden zur Fehlersuche:

2.1 Überprüfen Sie, ob die Eingangsspannung sich innerhalb des zulässigen Bereichs befindet: AC 100-120V / AC 200-240V;

2.2 Überprüfen Sie, ob der Sicherung am elektrischen Laufband eingeschaltet ist;

2.3 Prüfen Sie, ob die Sicherung in der Steckdose durchgebrannt ist. Falls sie durchgebrannt ist, ersetzen Sie sie;

2.4 Überprüfen Sie den Controller, ob die LED leuchtet;

2.5 Überprüfen Sie jedes Kabel;

2.6 Überprüfen oder ersetzen Sie die Elektronikplatine;

2.7 Überprüfen Sie die Steuerplatine oder tauschen Sie sie aus.

3. Andere Probleme und Fehlersuche

a. Das Laufband startet nicht

Prüfen Sie, ob der Netzstecker verbunden, der Netzschalter eingeschaltet und der Sicherheitsschalter entfernt ist.

b. Das Laufband verrutscht

Stellen Sie das Laufband gemäß der Anleitung straff ein.

c. Laufbandabweichung

Befolgen Sie die Anweisungen zum Einstellen des Laufbandes in die Mitte.

d. Abnormales Betriebsgeräusch

Überprüfen Sie, ob die Geräteschrauben locker sind und das Laufband geschmiert werden muss.

8. Trainingsanleitungen

- Beraten Sie sich mit Ihrem Arzt, bevor Sie ein Übungs- oder Trainingsprogramm beginnen. Bitte befolgen Sie die Ratschläge und Anweisungen des Arztes zum Training.
- Legen Sie Ihre Ziele zusammen mit Ihrem Arzt fest, bevor Sie sicherstellen können, dass der Plan realistisch ist und Sie das Trainingsprogramm komfortabel beginnen können.
- Sie können einige aerobe Übungen zu Ihrem Trainingsplan hinzufügen, wie z. B. Gehen, Joggen, Schwimmen, Tanzen oder Radfahren. Prüfen Sie immer Ihren Puls. Falls Sie über kein elektronisches Herzschlagmessgerät verfügen, fragen Sie Ihren Arzt, wie Sie den Puls mit Ihrer Hand oder am Hals messen können. Außerdem müssen Sie die Zielherzfrequenz gemäß Ihrem Alter und körperlichem Wohlbefinden einstellen.
- Trinken Sie während des Trainings viel Wasser. Sie müssen die durch übermäßige Bewegung verlorene Feuchtigkeit wieder ersetzen, um eine Dehydrierung zu verhindern. Vermeiden Sie es, viel Eiswasser oder -Getränke einzunehmen, trinken Sie Wasser oder Getränke bei Raumtemperatur.

9. Aufwärm-Übungen

Aufwärm- und Entspannungsübungen:

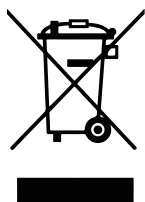
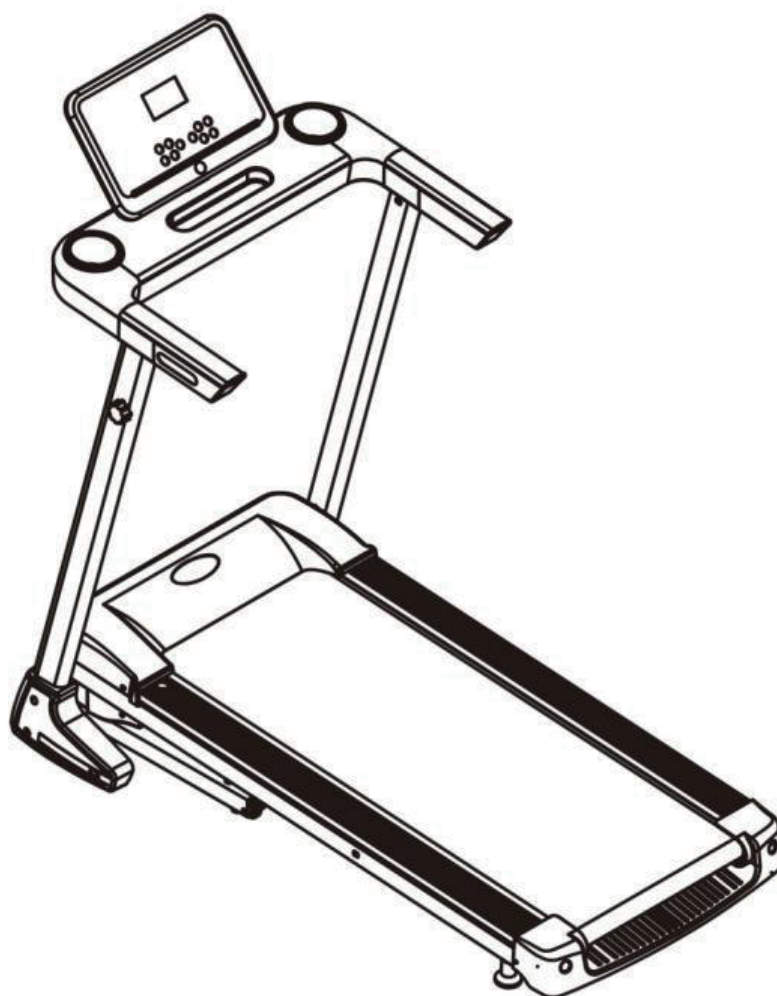
Ein erfolgreiches Trainingsprogramm muss Aufwärm-, Aerobic- und Entspannungsübungen beinhalten. Die Trainingsfrequenz wird mindestens zwei- bis dreimal pro Woche sein, und nach einigen Monaten können Sie die Anzahl der Übungen auf vier bis fünf Tage erhöhen. Das Aufwärmen ist ein wichtiger Bestandteil Ihres Fitness-Programms. Wärmen Sie sich vor jeder Übung auf. Ein warmes Aufwärmen kann Ihren Körper auf ein intensiveres Training vorbereiten, da durch das Aufwärmen die Muskeln aufgewärmt und gedehnt werden können. Es verbessert die Durchblutung, erhöht den Puls und versorgt die Muskeln mit mehr Sauerstoff. Nach dem aeroben Training können auch wiederholte Aufwärmübungen dem Muskelkater vorbeugen. Wir empfehlen die folgenden Aufwärm- und Beruhigungsübungen.



IN240500109V01_UK_FR_ES_DE_IT

A90-211V70_A90-211V90

ES



IMPORTANTE - CONSERVE ESTA INFORMACIÓN
PARA SU CONSULTA POSTERIOR: LEER DETALLADAMENTE

INSTRUCCIONES DE MONTAJE

1、 Catálogo

Número	Contenido
1	Catálogo
2	Instrucciones de seguridad
3	Especificaciones de embalaje
4	Instrucciones de montaje
5	Instrucciones de control eléctrico
6	Instrucciones de mantenimiento
7	Fallas y solución de problemas
8	Guías de ejercicios
9	Ejercicio de calentamiento

Gracias por elegir esta cinta de correr eléctrica de uso doméstico. Nuestros productos mejorarán su salud, si usted se familiariza más con su cinta de correr, lo que facilitará el uso de la cinta de correr. Por lo tanto, lea este manual cuidadosamente antes del uso de esta nueva cinta de correr.

Para garantizar la máxima calidad de los productos, todas las partes de esta cinta de correr se utilizan material de alta calidad y se pasan estrictas inspecciones y pruebas. Consulte este manual, le guiará para ensamblar, usar y mantener esta cinta de correr de forma correcta.

¡Gracias por usar este producto!

2、 Instrucciones de seguridad

A. Al diseñar y fabricar esta cinta de correr, consideramos muchos problemas de seguridad, para garantizar su seguridad, lea cuidadosamente todo el contenido de este manual antes del uso. No tenemos ninguna consecuencia de una operación anormal.



RIESGO

B. No use el dispositivo de frecuencia cardíaca junto con otros dispositivos de frecuencia cardíaca inalámbricos, si no, podrá causar interferencia eléctrica.







ADVERTENCIA

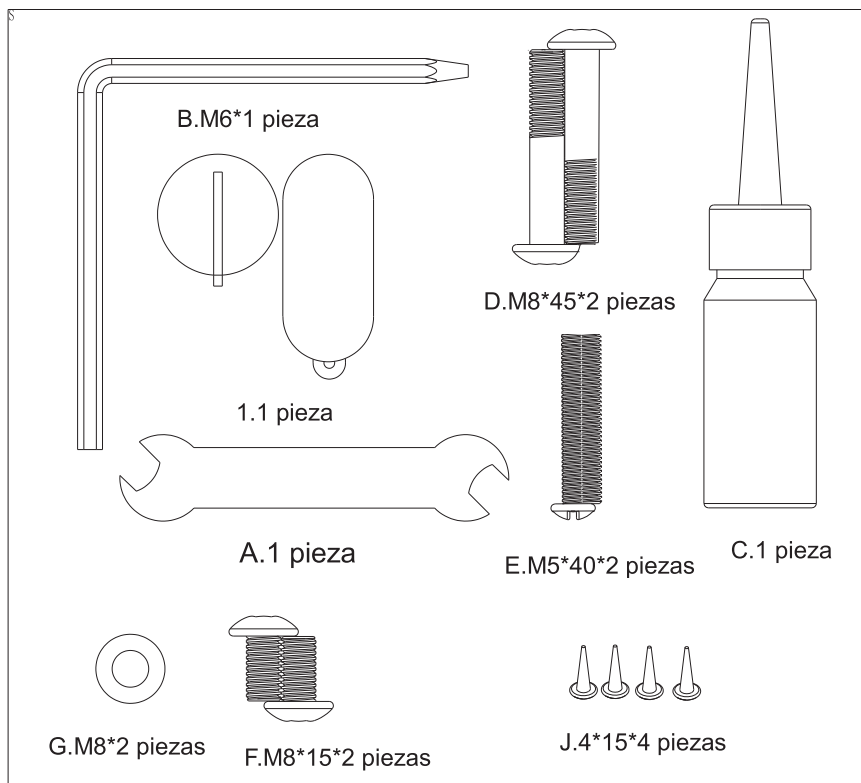
Para evitar daños a usted u otras personas, siga las instrucciones siguientes.

1. Para evitar cualquier accidente o peligro, antes del uso, asegúrese de que la cinta de correr esté conectada de forma completa.
2. Al correr sobre la cinta, sujete el bloqueo de seguridad (rojo) a la posición adecuada de su ropa. Si ocurriera una situación insospechada, pare la máquina inmediatamente.
3. a. Consulte a su médico antes de hacer ejercicio.
si. Use ropa deportiva cómoda al hacer ejercicio, no use zapatos con suela blanda, si no, las virutas de zapatos se involucran en el motor y el sistema de control, lo que causarán un mal funcionamiento de la cinta de correr.
- C. Mantenga la habitación limpia y ordenada, evite que la cinta de correr absorba la suciedad, lo que causará un mal funcionamiento de la cinta de correr.
- D. El peso del usuario no debe exceder 100 kg.
4. Este producto solo puede ser usado por una persona a la vez. Para evitar accidentes, no permita que los niños o las mascotas jueguen con este producto.
5. El espacio mínimo para colocar la cinta de correr en el hogar, no debe ser menos de 100 cm respectivamente para el frente y ambos lados del producto, y el espacio mínimo para la parte trasera no debe ser menos de 200 cm para la parte trasera.
6. No use esta cinta de correr si la línea eléctrica está rota.
7. Si la cinta de correr está dañada o rota, no la use y ponga en contacto con el servicio postventa para obtener la garantía.
8. No toque ninguna parte móvil cuando la cinta de correr esté funcionando, nunca presione ni coloque ningún objeto en la cinta de correr.
9. Esta máquina es diseñada para uso en interiores, no la use en exteriores ni en el gimnasio.
10. Coloque la cinta de correr en un piso limpio y plano, asegúrese de que la habitación esté en buenas condiciones de ventilación. Asegúrese de que no haya objetos afilados cerca. No use la cinta de correr cerca del agua o fuentes de fuego.
11. Use el pasamanos cuando suba o baje de la cinta de correr. No baje de la cinta de correr cuando la máquina no se haya detenido completamente. Si ocurre algún accidente, debe arrancar el bloqueo de seguridad, luego la cinta de correr se detendrá de forma inmediata.
12. No use esta máquina si usted está usando equipo de oxígeno o spray cerca de la máquina.
13. Para asegurarse de que la cinta de correr funcione de forma, no instale ningún accesorio que no sea suministrado por la fábrica original.
14. Debe asegurarse de que todas las partes de la cinta de correr estén instaladas firmemente.
15. Después de usar la cinta de correr, apague y desconecte la corriente. Cuando no use la cinta de correr, guarde el bloqueo de seguridad en un lugar seguro para evitar que los terceros usen la cinta de correr.

3、 Especificaciones de embalaje

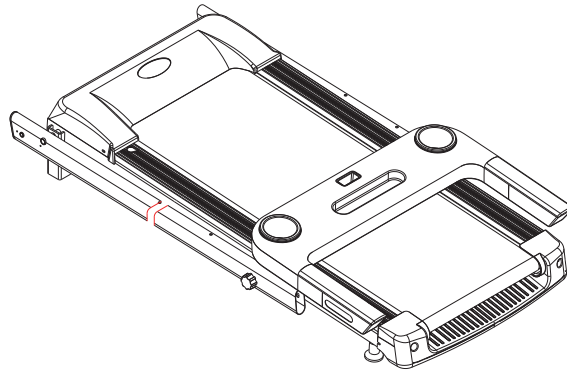
Número	Componente	
1	MARCO	
2	MANUAL	
3	PANTALLA	
4	CUBIERTA LATERAL DE COLUMNA	
5	PAQUETE DE TORNILLOS	Imagen de la cuarta página

Paquete de Tornillos

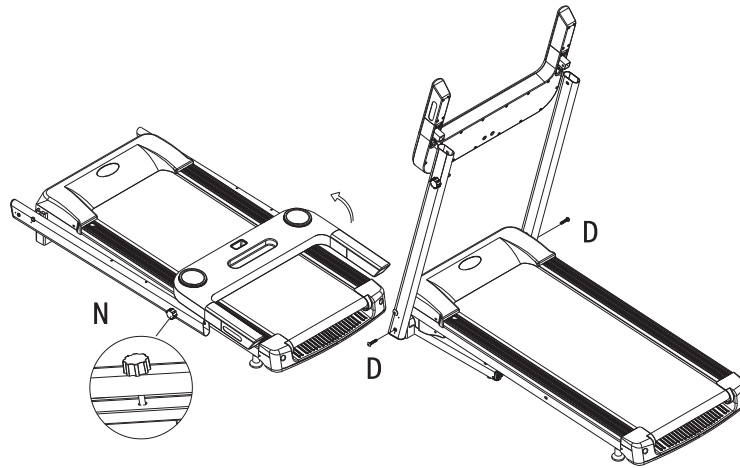


4. Instrucciones de montaje

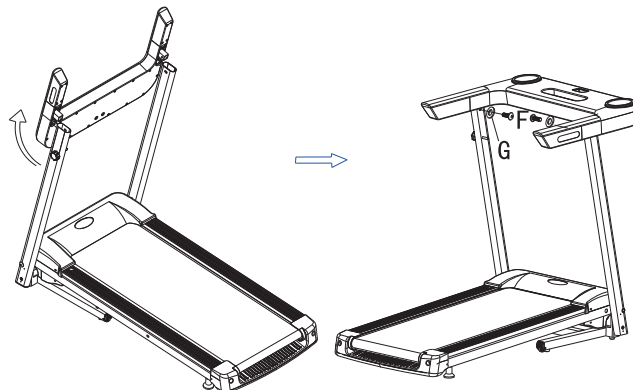
1: Saque el marco principal de la caja de cartón y abra la atadura de cables que agrupa el marco.



2: Expanda el marco: Extraiga el pasador de extracción de la columna de N y sostenga el marco en el suelo con la otra mano, fije el marco a la parte de chapa de metal de la base con tornillos de D # M8 * 45.

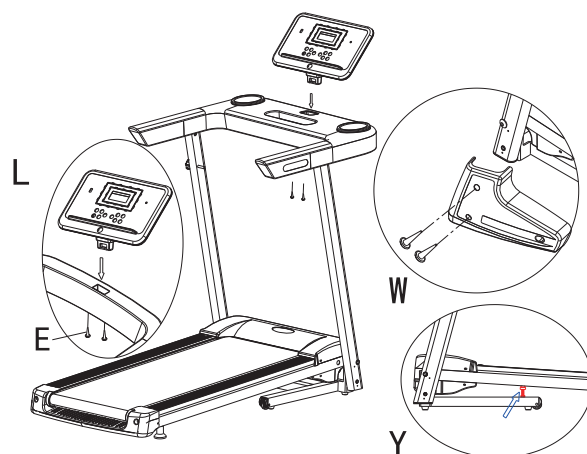


3: Montaje del soporte del medidor electrónico: Primero pliegue el soporte del medidor electrónico como lo indica la dirección de la flecha en la imagen, y luego fije el soporte del medidor electrónico en la columna con tornillos de F # M8 * 15 (2 piezas) y almohadillas de G # M8 (2 piezas).



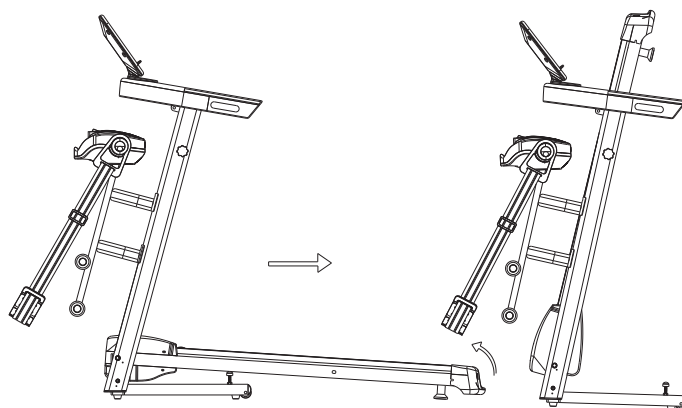
4: A. Primero conecte las líneas de señal del medidor electrónico, y luego coloque el panel en el medidor electrónico como lo indica la dirección de la flecha en la imagen, y luego fíjelo con tornillos de E # M5 * 40 (2 piezas).

B. La parte roja indicada por la flecha es el dispositivo de anti-deformación. Para evitar que la base se levante, cuando use la cinta de correr, ajuste este dispositivo de acuerdo con su propio peso.

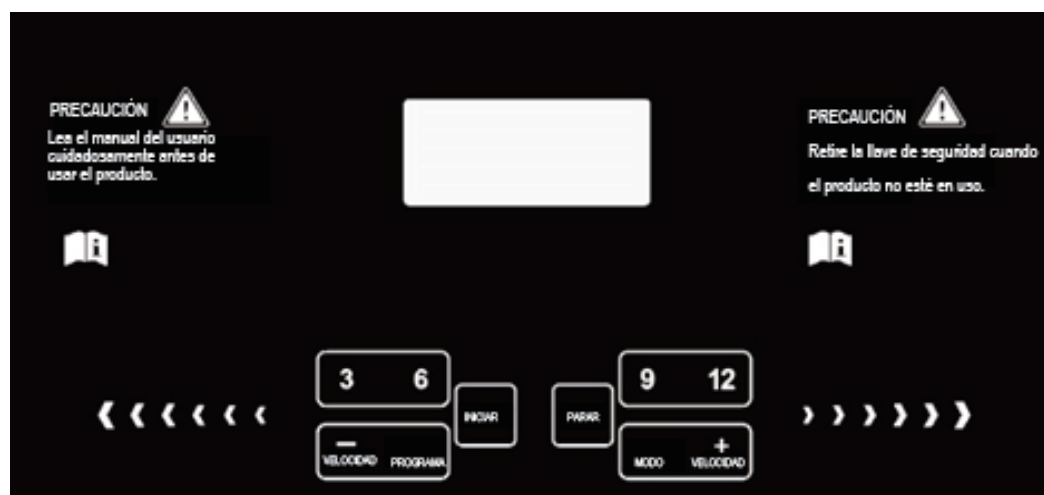


5: Plegar el producto: Cuando usted necesite transportar o usar este producto por un largo tiempo, dóblelo como lo que se muestra en siguiente:

Sostenga el extremo posterior de la plataforma de correr y levante la plataforma lentamente según la dirección indicada por el cabezal de corte hasta que la plataforma esté paralela a la columna sustancialmente. Tire la perilla hacia afuera con la otra mano para asegurarse de que el eje de hierro de la perilla se inserte en el orificio de plegado del costado de la cinta de correr.



5、 Instrucciones de control eléctrico



Iniciar: Después de 3 segundos de cuenta regresiva, la cinta empieza a funcionar.

El número de programas es: P1 ~ P12 programas automáticos.

Función de bloqueo de seguridad

Si se desenchufe el bloqueo de seguridad, la cinta de correr muestra "SEGURA" inmediatamente y se detiene rápidamente, cuando se inserte el bloqueo de seguridad, el reloj electrónico es visualizado completamente durante 2 segundos y luego todos los datos se borran.

Función de teclas

Botón de "iniciar", botón de "parar":

"INICIAR" es el botón de inicio. Cuando la cinta de correr se detiene, presione el botón de "iniciar", la velocidad muestra "1.0" y la cinta de correr empieza a funcionar.

"PARAR" es el botón para parar la cinta. Cuando la cinta de correr está funcionando, presione el botón de "parar", todos los datos se borran, y la cinta de correr se detiene.

Tecla de programa:

"**PROGAM (programa)**" es la tecla del programa. En el estado de espera, presione este botón para pasar del modo manual al programa automático P1 - P12; el modo manual es el modo de operación predeterminado por el sistema, la velocidad predeterminada del modo manual es 1.0 km / h, y la velocidad máxima de funcionamiento es 12.0 km / h.

Tecla de modo:

"MODO" es el botón de modo. En el modo de espera, presione este botón para recorrer tres modos diferentes de operación de cuenta regresiva, los tres modos son del tiempo, la distancia y las calorías. Cuando seleccione los modos, la tecla de aumentar / disminuir la velocidad se puede usar para establecer el valor de cuenta regresiva relevante. Cuando haya seleccionado un modo, presione el botón "INICIAR" para iniciar la cinta de correr.

Botón de velocidad:

"VELOCIDAD+" y "VELOCIDAD -" son teclas para aumentar o disminuir la velocidad. Puede usar las teclas "VELOCIDAD +" y "VELOCIDAD -" para ajustar la velocidad y el valor establecido después de que la cinta de correr se inicia, cambiando 0.1Km cada ajuste.

Función de indicación

Visualización de velocidad:

Muestra el valor de la velocidad de la carrera actual.

Visualización de tiempo:

Muestra el tiempo de correr en modo manual o la cuenta atrás del tiempo de correr en modo y programa.

Visualización de distancia:

Muestra la distancia total en modo manual y de modo de programa o la cuenta regresiva de la distancia de correr.

Visualización de calorías:

Muestra la acumulación de calorías quemadas durante hacer ejercicio en modo manual y modo de programa o muestra la cuenta regresiva de calorías.

El rango de datos mostrado por cada ventana:

TIEMPO: 0:00 – 99:59 (MIN)

DISTANCIA: 0.00 – 99 (KM)

CALORÍAS: 0.0 – 990 (KC)

VELOCIDAD: 1-12KM/H

Programa automático

El tiempo de correr predeterminado es de 10 minutos. Después de seleccionar el programa, se establece el tiempo de correr. Cada programa se divide en 10 segmentos, y el tiempo de correr de cada segmento de programa se distribuye uniformemente. El motor detiene el medidor cuando se completa el tiempo de correr establecido. La siguiente es una tabla de movimiento de 12 programas.

Tiempo Fase		Tiempo establecido / 10 = Tiempo de correr en cada etapa									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	VELOCIDAD	3	3	6	5	5	4	4	4	4	3
P2	VELOCIDAD	3	3	4	4	5	5	5	6	6	4
P3	VELOCIDAD	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
P4	VELOCIDAD	3	3	5	6	7	6	5	4	3	3
P5	VELOCIDAD	3	6	6	6	8	7	7	5	5	4
P6	VELOCIDAD	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
P7	VELOCIDAD	2	9	9	7	7	6	5	3	2	2
P8	VELOCIDAD	2	4	4	4	5	6	8	8	6	2
P9	VELOCIDAD	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
P10	VELOCIDAD	2	5	7	5	8	6	5	2	4	3

P11	VELOCIDAD	2	5	6	7	8	9	10	5	3	2
P12	VELOCIDAD	2	3	5	6	8	6	9	6	5	3

Configuración de parámetros en 3 modos

La configuración del tiempo de cuenta regresiva es de 30:00 minutos inicialmente, el rango de configuración es de 5:00 a 90:00 minutos, cada ajuste es 1:00.

La configuración de calorías del recuento de calorías es: 100 kcal, el rango de configuración es 20 --- 990 kcal, cada ajuste es 10 kcal.

La distancia inicial de la distancia de cuenta regresiva es 5.0 km, el rango de configuración es 0.5 --- 99.0 km, y cada ajuste es 0.1

La secuencia de cambio de ciclo es: manual, tiempo, distancia, calorías.

Otros

Cuando se ejecuta un parámetro de cuenta regresiva, la pantalla muestra "END (FIN)" y se suena una alarma de 0,5 segundos cada 2 segundos hasta que la cinta de correr se detiene, luego la alarma para y la cinta de correr vuelve al estado de modo manual. Solo se pueden establecer en una de las siguientes: el tiempo de cuenta regresiva, las calorías de la cuenta regresiva y la distancia de la cuenta regresiva. Ejecute la última configuración, los parámetros establecidos se cuentan hacia atrás, pero los otros parámetros se muestran un conteo positivo.

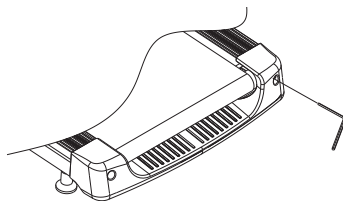
6. Instrucciones de mantenimiento

El mantenimiento adecuado puede mantiene su cinta de correr en las condiciones óptimas; Un mantenimiento incorrecto puede dañar o acortar la vida útil de la cinta.

ADVERTENCIA: ¡Siempre desconecte el cable de alimentación antes de limpiar o mantener la cinta de correr!

1. Retire regularmente el polvo para que las piezas siempre estén limpias.
2. Después de usar la cinta de correr, limpie sudor y suciedad en el instrumento con una toalla limpia o un paño. Tenga cuidado de no salpicar agua sobre los componentes eléctricos y debajo de la cinta de correr.
3. Coloque la cinta de correr en un ambiente limpio y seco, asegúrese de que esté apagada y desenchufada.
4. Para facilitar el movimiento, la cinta de correr está equipada con ruedas instaladas. Confirme que la alimentación está desconectada y que el cuerpo está plegado antes de mover la cinta de correr.
5. Siempre revise y bloquee todas las partes de la caminadora; las partes del anillo dañado deben ser reemplazadas inmediatamente.
6. Para mantener y prolongar la vida útil de la cinta de correr, se recomienda que deje de usar la cinta 10 minutos después de 30 minutos de uso continuo.
7. La cinta de correr se ha ajustado en la fábrica, pero después del uso, la cinta de correr se estirará, se desviará de la posición central y causará que la banda de fricción de la cinta de correr y la cubierta

trasera se dañen. Es normal que la cinta de correr se estire durante el uso. Después de usarla por un período, si la cinta está resbaladiza o no es lisa, puede ajustar la tensión de la banda para correr para solucionar el problema.



A. Ajuste de estiramiento de la cinta de correr. Si la cinta de correr está demasiado floja, inserte la llave hexagonal suministrada en el orificio de ajuste del lado izquierdo de la cinta de correr, gírela 1/4 de vuelta en el sentido de las agujas del reloj y luego ajuste el lado derecho, gírela 1/4 de vuelta en el sentido de las agujas del reloj, tenga en cuenta que la izquierda y la derecha deben ser ajustadas sincrónicamente, de modo que la cinta de correr pueda apretarse y no se desvíe del punto central. Si la cinta de correr está demasiado apretada, la izquierda y la derecha deberán ser ajustadas en sentido antihorario sincrónicamente.

Nota: La cinta de correr no se puede ajustar demasiado apretada. Esto romperá la cinta de correr, aumentará la presión del tambor delantero / trasero, dañará el rodamiento de rodillos, etc., producirá ruidos anormales y causará otros problemas, entonces solo necesitará ajustar a la cinta de correr para que no se deslice.

B. Ajuste de alineación de la cinta de correr

Cuando usa la cinta de correr, las presiones sobre las dos correas no son iguales, y la presión sobre la cinta de correr no está equilibrada, lo que hace que la cinta de correr se desvíe del centro. Dicha desviación es normal y regresa automáticamente al centro cuando nadie está corriendo sobre la cinta de correr. Si no regresa al centro, usted debe volver corriendo al centro.

Funcione la cinta sin carga, ajuste la velocidad a la sexta velocidad y observe la distancia desde la cinta de correr hasta las barras laterales izquierda y derecha:

- Si la cinta está sesgada a la izquierda, use una llave hexagonal para girar el tornillo izquierdo 1/4 de vuelta en sentido horario;
- Si la cinta está sesgada hacia la derecha, use una llave hexagonal para girar el tornillo derecho 1/4 de vuelta en sentido horario;
- Si la cinta de correr todavía no está en el medio, repita los pasos anteriores hasta que la cinta esté en el medio.

Después de ajustar la cinta de correr al medio, ajuste la velocidad a la sexta velocidad y observe la desviación de la cinta y la condición de funcionamiento. Si todavía hay alguna desviación, repita el paso de ajuste.

¡Consejo! ¡No apriete demasiado los rodillos! ¡Esto causará daños permanentes en el rodamiento!

8. Aceite lubricante

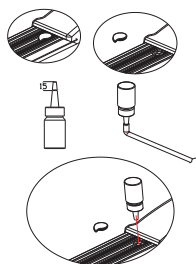
La cinta de correr se lubrica en la fábrica, pero la lubricidad a menudo ayuda a mantener la cinta en una condición óptima. La cinta de correr debe ser lubricada después de un año de uso o 100 horas de funcionamiento.

Después de 30 horas o 30 días de uso, cuando la cinta de correr no está en uso, levante la cinta de correr desde un costado y alcance la superficie de la plataforma para correr lo más lejos posible. Toque

la superficie, si descubre que aún hay el lubricante, no necesita agregar aceite lubricante; si descubre que es muy seca, siga las instrucciones siguientes para agregar el lubricante. (Utilice lubricantes sin base de aceite)

¿Cómo agregar lubricante?

Opere como lo que se muestra en siguiente, abra la cubierta decorativa lateral izquierda. Utilice un par de tijeras o un cuchillo para cortar la botella de aceite como lo que se muestra en la Figura debajo, y luego agregue el aceite. Antes de agregar aceite, inserte la varilla fina de la botella de aceite en el tubo para rellenar de combustible, y luego agregue el aceite.



7. Fallas y solución de problemas

1.El reloj electrónico muestra un código de mensaje de error y excluye:

Código predeterminado	Código predeterminado	Resolución predeterminada
Er1	La pantalla no está conectada Señal recibida	1.1.Compruebe si la línea de comunicación está suelta, desconectada o dañada; 1.2.Compruebe o reemplace el tablero electrónico; 1.3 Compruebe o reemplace el controlador.
Er3	Voltaje sobrecargado	2.1.Compruebe si el voltaje en la línea de suministro de energía está en valor normal: AC 200-240V ; 2.2.Compruebe o reemplace el controlador. 2.3.Compruebe o reemplace el motor.

Er4	Corriente sobrecargada	<p>3.1.Compruebe si sobrecarga;</p> <p>3.2.Compruebe si las partes mecánicas en funcionamiento están atascadas;</p> <p>3.3.Compruebe si la falta de un agente de liberación; si falta dicho agente de liberación, aumentará la fricción entre la cinta y la tabla.</p> <p>3.4.Compruebe si la tabla está muy desgastada;</p> <p>3.5.Compruebe si la cinta de correr está desgastada;</p> <p>3.6.Compruebe si el cable del motor tiene un cortocircuito;</p> <p>3.7 Compruebe o reemplace el controlador;</p> <p>3.8 Compruebe o reemplace el motor.</p>
Er5	Sobrecarga	<p>4.1.Compruebe si sobrecarga ;</p> <p>4.2.Compruebe si las partes mecánicas en funcionamiento están atascadas;</p> <p>4.3.Compruebe si la falta de un agente de liberación; si falta dicho agente de liberación, aumentará la fricción entre la cinta y la tabla.</p> <p>4.4.Compruebe si la tabla está rota y desgastada;</p> <p>4.5.Compruebe si la cinta de correr está desgastada;</p> <p>4.6.Compruebe si el cable del motor tiene un cortocircuito;</p> <p>4.7.Compruebe o reemplace el controlador;</p> <p>4.8 Compruebe o reemplace el motor.</p>
Er6	Motor no conectado	<p>5.1.Compruebe si la línea del motor está suelta o caída;</p> <p>5.2 Compruebe o reemplace el motor ;</p> <p>5.3.Compruebe o reemplace el controlador.</p>
Er7	Indica que la placa madre no ha recibido la señal	<p>6.1. Compruebe si el cable de comunicación está suelto, desconectado o dañado ;</p> <p>6.2.Compruebe o reemplace la placa electrónica;</p> <p>6.3 Compruebe o reemplace el controlador.</p>

Er13	IGBT cortocircuito	7.1 Compruebe o reemplace el controlador.
Er14	Cortocircuito de la carga	8.1 Compruebe la salida del controlador para detectar si existen materias extrañas que causen cortocircuito 8.2 Compruebe o reemplace el motor.

2. Problemas comunes y métodos de solución de problemas

1. Algunos o todos los botones no funcionan bien.
 - 1.1 Destape la caja superior del reloj electrónico y pruebe si los botones funcionan;
 - 1.2 Compruebe o reemplace la placa electrónica;
 - 1.3 Compruebe que el botón puede funcionar después de que se vuelve a encender.

1. El reloj electrónico no tiene visualización.

Métodos de solución de problemas:

- 2.1 Compruebe si el voltaje de entrada está dentro del rango permitido: AC 100-120V / AC 200-240V;
- 2.2 Compruebe si el interruptor de alimentación de la cinta de correr está encendido.
- 2.3 Compruebe si el fusible dentro de la toma de corriente está estropeado y quemado. Si está quemado, reemplácelo con un fusible de repuesto
- 2.4 Compruebe el controlador, si el LED está encendido;
- 2.5 Compruebe cada cable ;
- 2.6 Compruebe o reemplace la placa electrónica;
- 2.7 Compruebe o reemplace el tablero de control.

2. Otros problemas y solución de problemas

a. La cinta no puede iniciar.

Compruebe si el enchufe de alimentación está enchufado, el interruptor de alimentación está encendido y el interruptor de seguridad se retira.

b. Deslices de la cinta

Consulte las instrucciones, ajuste bien la cinta de correr.

c. Desviación de la cinta de correr

Consulte las instrucciones, ajuste la cinta de correr al centro.

d. Sonido anormal

Compruebe si los tornillos de la máquina están flojos, o si la cinta de correr debe ser lubricada.

8、 Guías de ejercicios

- Consulte a su médico antes de empezar un programa de ejercicios o entrenamiento. Siga los consejos e instrucciones del médico para el entrenamiento.
- Establezca sus propios objetivos con su médico, asegúrese de que su plan de ejercicios sea realista y fácil de empezar.
- Puede agregar algo de ejercicio aeróbico a su plan de ejercicio, como caminar, trotar, nadar, bailar o andar en bicicleta. Siempre revise el pulso. Si no tiene un monitor electrónico de latidos cardíacos, pregúnte a su médico cómo medir el pulso con la mano o en el cuello. Además, debe establecer la frecuencia cardíaca objetivo según su edad y condición física.
- Beba mucha agua durante hacer ejercicios. Para evitar la deshidratación, debe reponer la humedad perdida por el ejercicio excesivo. Evite beber agua helada o bebidas, beba agua o bebidas a temperatura ambiente.

9、 Ejercicio de calentamiento

Calentarse y calmar el ejercicio:

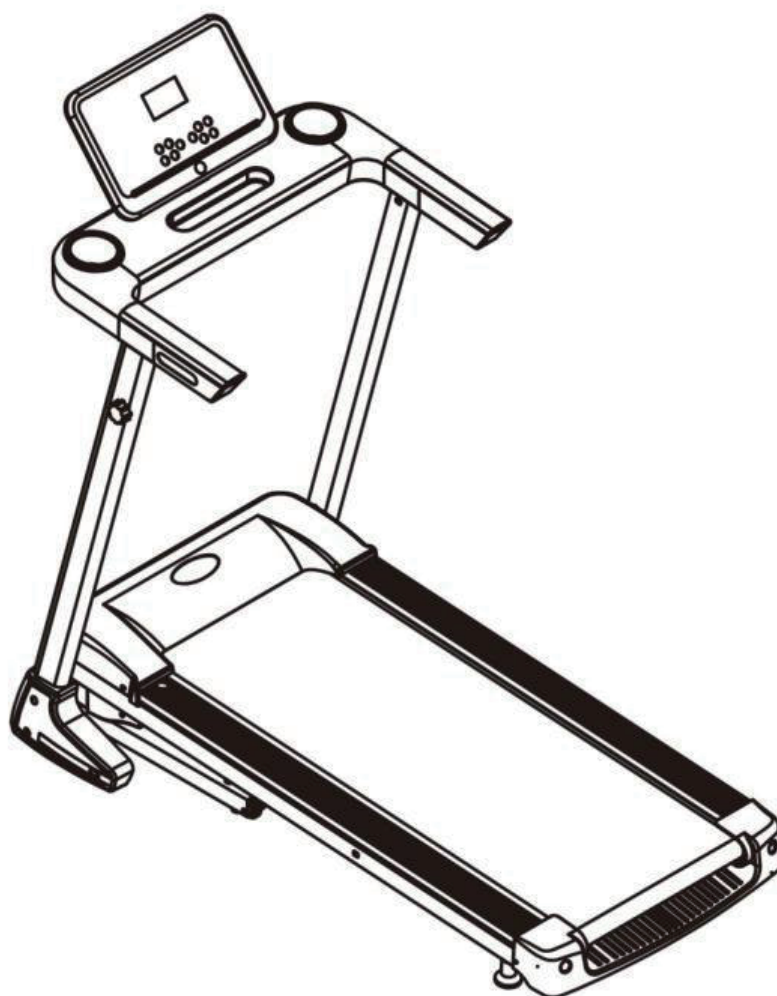
Un programa de ejercicio exitoso debe incluir ejercicios de calentamiento, aeróbicos y relajantes. La frecuencia de hacer ejercicios será al menos dos o tres veces por semana, y después de unos meses, puede aumentar a cuatro o cinco veces por semana. El calentamiento es una parte importante para su estado físico. Haga ejercicios de calentamiento antes de cada ejercicio. El calentamiento puede ayudar que su cuerpo se adapte un ejercicio más intenso, porque el calentamiento puede ayudar a los músculos a calentarse y estirarse., lo que mejora la circulación sanguínea, aumenta el pulso y entrega más oxígeno a los músculos. Después del ejercicio aeróbico, los ejercicios de calentamiento repetidos también pueden reducir el dolor muscular. Recomendamos los siguientes ejercicios de calentamiento y relajación.



IN240500109V01_UK_FR_ES_DE_IT

A90-211V70_A90-211V90

IT



IMPORTANTE - CONSERVARE QUESTE INFORMAZIONI
PER CONSULTARLE IN SEGUITO: LEGGERE ATTENTAMENTE

ISTRUZIONI DI ASSEMBLAGGIO

1、Indice

Numero	Contenuto
1	Catalogo
2	Istruzioni di sicurezza
3	Specifiche di imballaggio
4	Istruzioni di montaggio
5	Istruzioni controllo elettrico
6	Istruzioni manutenzione
7	Malfunzionamenti e risoluzione problemi
8	Linee guida esercizi
9	Riscaldamento

Grazie per aver scelto il tapis roulant elettrico per uso domestico. I nostri prodotti miglioreranno la vostra salute, avrete più familiarità con il vostro tapis roulant, più facile e comodo da usare. Quindi, leggere attentamente questo manuale prima di utilizzare il nuovo tapis roulant.

Per garantire la massima qualità dei prodotti, tutte le parti di questo tapis roulant utilizzano materiali di alta qualità e hanno superato ispezioni e prove rigorose. Fare riferimento a questo manuale, guiderà l'utente a montare, utilizzare e mantenere correttamente questo tapis roulant.

Grazie per averlo usato !

2. Istruzioni di sicurezza

A. Durante la progettazione e produzione di questo tapis roulant abbiamo preso in considerazione numerosi problemi di sicurezza, per garantire la vostra sicurezza, leggere attentamente tutti i contenuti di questo manuale prima dell'uso. Non ci facciamo carico delle conseguenze di qualsiasi operazione anomala.

RISCHIO

B. Non utilizzare il dispositivo per la misurazione della frequenza cardiaca insieme ad altri dispositivi wireless per la misurazione della frequenza cardiaca, poiché potrebbero causare interferenze elettriche.

AVVERTENZA

Seguire le istruzioni seguenti per evitare lesioni a voi o agli altri.

1. Per evitare incidenti o pericoli, assicurarsi che questo tapis roulant sia completamente collegato a terra prima dell'uso.
2. Durante la corsa, stringere il blocco di sicurezza (rosso) in una posizione appropriata rispetto ai vestiti. Se si verifica una situazione anomala, si interromperà immediatamente per arrestare la macchina
3. a. Si prega di fare riferimento al parere del proprio medico prima di fare esercizio fisico.
b. Indossare indumenti sportivi comodi durante l'allenamento, non indossare scarpe con suola morbida o trucioli di scarpe si impiglieranno nel motore e nel sistema di controllo e potrebbero causare malfunzionamenti
c. Mantenere la stanza pulita e in ordine, evitare l'assorbimento di sporcizia nel tapis roulant, in quanto potrebbe causare malfunzionamenti.
- d. Il peso dell'utente non deve superare i 100 kg.
4. Questo prodotto è utilizzabile da una sola persona quando è in funzione. Per evitare incidenti, non lasciare che bambini o animali domestici ci giochino attorno per evitare incidenti.
5. Requisiti minimi di spazio per posizionare il tapis roulant in casa, non meno di 100 cm rispettivamente per la parte anteriore ed entrambi i lati, non meno di 200 cm per la parte posteriore.
6. Non utilizzare questo tapis roulant se la linea di alimentazione è interrotta.
7. Se il tapis roulant è danneggiato o rotto, non utilizzare e contattare per la garanzia.
8. Non toccare le parti mobili quando il tapis roulant è in funzione, non premere mai o infilare oggetti nel tapis roulant.
9. Questa macchina è adatta per uso interno, non utilizzare all'aperto o in palestra.
10. Collocare il tapis roulant su un pavimento pulito e liscio, mantenerlo in buone condizioni di ventilazione, assicurarsi che l'unità sia ventilata. Assicurarsi che non vi siano oggetti appuntiti nelle vicinanze. Non utilizzarlo vicino ad acqua o fonti di calore.
11. Utilizzare il corrimano quando si sale o si scende dalla macchina. Non scendere dal tapis roulant quando il tapis roulant non è completamente fermo. In caso di incidente, è necessario rimuovere il blocco di sicurezza, quindi il tapis roulant si arresterà

immediatamente.





12. Non utilizzare questa macchina quando si utilizzano apparecchiature a ossigeno contemporaneamente.

13. Per assicurarsi che il tapis roulant funzioni correttamente, non installare accessori non forniti dal fornitore originale.

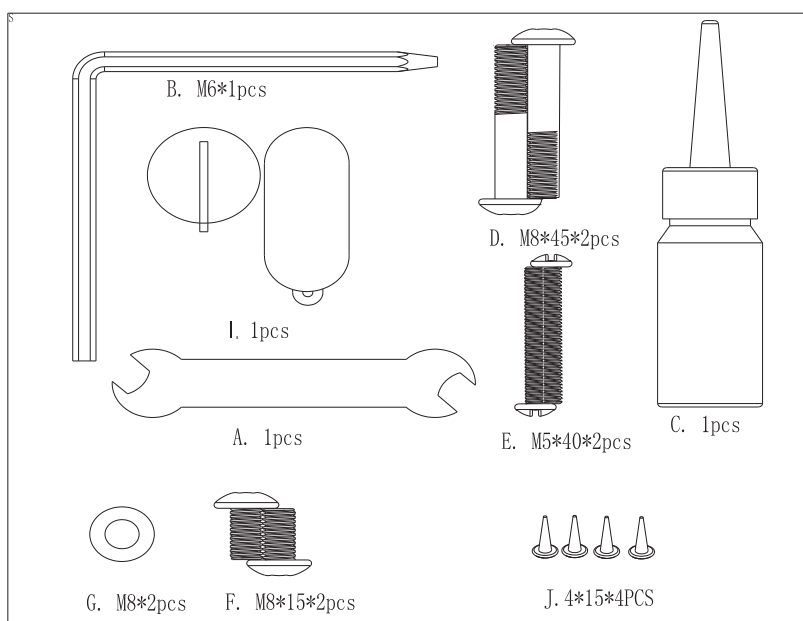
14. Tenere saldamente tutte le parti del tapis roulant installate.

15. Si prega di spegnere e scollegare l'alimentazione dopo aver utilizzato il tapis roulant. Quando non si utilizza il tapis roulant, mantenere il blocco di sicurezza in modo sicuro per impedire a terzi di utilizzarlo.

3、 Specifiche di imballaggio

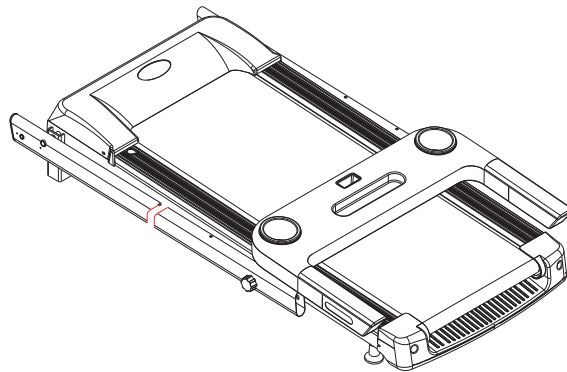
Numero	Componente	
1	TELAIO	
2	MANUALE	
3	SCHERMO	
4	COPERTURA LATERALE DELLA COLONNA	
5	VITERIA	Icona pagina successiva

Viteria

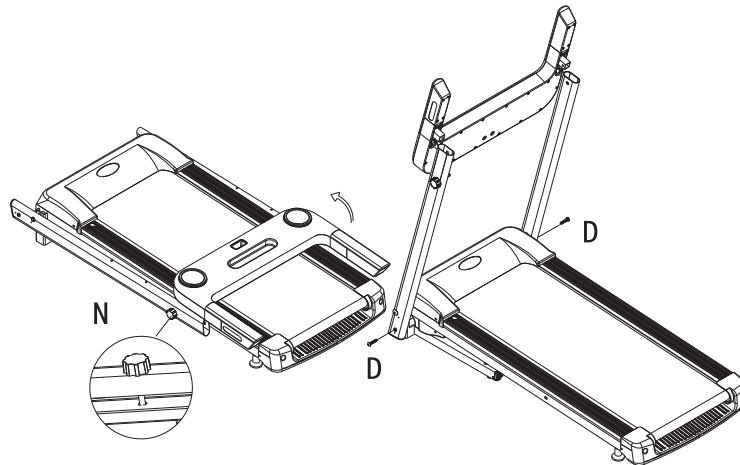


4、 Istruzioni di assemblaggio

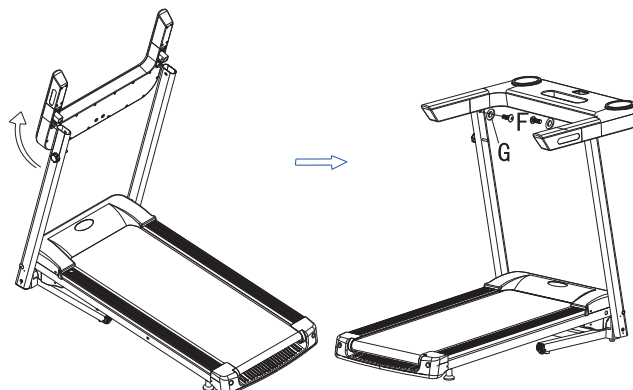
1: Sollevare il telaio principale dall'imballaggio e aprire la fascetta che lega il telaio.



2: Espandere il telaio: estrarre il perno di trazione sulla colonna N e tenere il telaio a terra con l'altra mano, fissarlo alla parte in lamiera della base con viti D # M8 * 45.

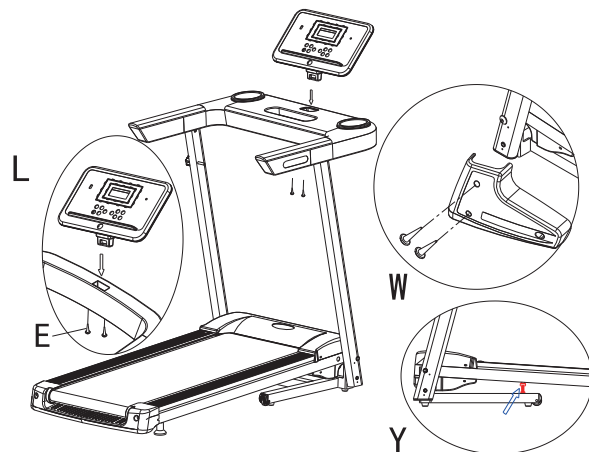


3: Montaggio del supporto del contatore elettronico: prima piegare il supporto del contatore elettronico nella direzione della freccia, quindi fissare il supporto del contatore elettronico sulla colonna con viti F # M8 * 15 (2 pezzi) e cuscinetti G # M8 (2 pezzi) .



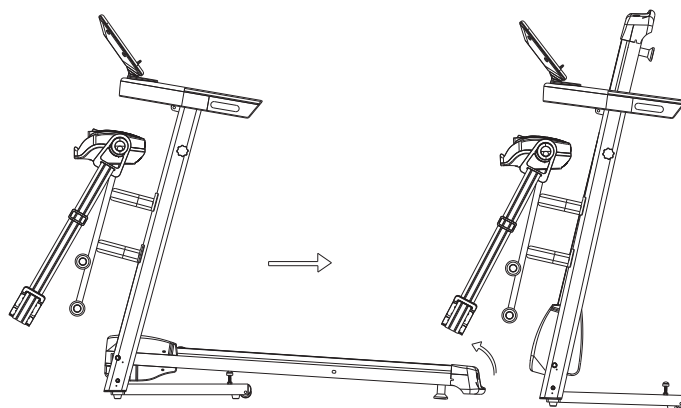
4: A. Innanzitutto collegare le linee del segnale del misuratore elettronico, quindi posizionare il pannello sul misuratore elettronico come indicato dalla direzione della freccia, quindi fissarlo con le viti E # M5 * 40 (2 pezzi).

B. La parte rossa indicata dalla freccia è il dispositivo anti-deformazione. Durante l'uso, regolare il dispositivo in base al proprio peso per evitare che la base venga rovesciata

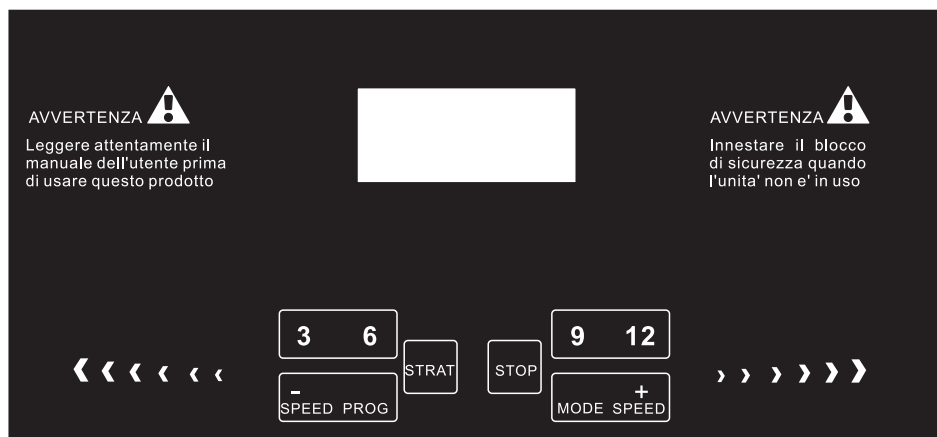


5: Piegare il prodotto: Quando e' necessario trasportare o utilizzare questo prodotto per un lungo periodo, piegare come mostrato di seguito:

Tenere l'estremità posteriore della piattaforma di corsa e sollevare lentamente la piattaforma di marcia nella direzione indicata dalla testa fino a quando la piattaforma di corsa è sostanzialmente parallela alla colonna. Tirare la manopola verso l'esterno con l'altra mano per assicurarsi che l'albero di ferro della manopola sia inserito nel lato del foro piegato della piattaforma interna.



5、 Istruzioni controllo elettrico



Accensione

Avvio normale dopo un conto alla rovescia di 3 secondi.

Il numero di programmi è P1 ~ P12 programmi automatici.

Funzioni blocco di sicurezza

Scollegare il blocco di sicurezza mostra immediatamente che il tapis roulant è in stato "SAFE" e viene rapidamente arrestato. Quando viene inserito il blocco di sicurezza, l'orologio elettronico viene visualizzato completamente per 2 secondi e i dati sono tutti reimpostati.

Funzioni chiave

Pulsante di avvio, pulsante di arresto:

"START" è il pulsante di avvio. Quando il tapis roulant è fermo, premere il pulsante di avvio, la velocità visualizzata sarà "1.0" e il tapis roulant si avvierà.

"STOP" è il pulsante di arresto. Quando il tapis roulant è in funzione, premere il pulsante di arresto, tutti i dati vengono azzerati, il tapis roulant si arresterà.

Funzione PROGRAM:

"PROGRAM" è la funzione del programma. In stato di attesa, premere questo pulsante per passare dalla modalità manuale al programma automatico P1 - P12; la modalità manuale è la modalità operativa predefinita del sistema, la velocità predefinita della modalità manuale è 1,0 km / h e la velocità massima di funzionamento è 12,0 km / h.

Funzione modalità:

"MODE" è il pulsante della modalità. In modalità standby, premere questo pulsante per scorrere tra tre diverse modalità di funzionamento del conto alla rovescia, distanza e calorie. Quando si selezionano le varie modalità, è possibile utilizzare il tasto di aumento / diminuzione della velocità per impostare il valore del conto alla rovescia. Al termine, premere il pulsante "START" per avviare il tapis roulant.

Funzione velocità:

"SPEED +" e "SPEED -" sono tasti di incremento e diminuzione della velocità: possono essere usati per regolare la velocità dopo l'avvio del tapis roulant, al passo di 0.1Km, "SPEED +" e "SPEED -" possono essere usati per parametrizzare il tapis roulant. Servono a regolare il valore impostato.

Funzioni indicatori

Visualizzazione della velocità:

Visualizza il valore della velocità della corsa corrente.

Visualizzazione del tempo:

Mostra il tempo di esecuzione in modalita' manuale o il conto alla rovescia del tempo di esecuzione in modalita' e programma.

Visualizzazione della distanza:

Visualizza la distanza totale in modalita' manuale e programma o l'inverso della distanza di funzionamento della modalita'.

Visualizzazione calorie:

Mostra l'accumulo di calorie durante l'esercizio in modalita' manuale e programmata o il conteggio delle calorie in modalita' corsa.

La gamma di dati visualizzati da ciascuna schermata:

TEMPO: 0:00 – 99:59 (MIN)

DISTANZA: 0.00 – 99 (KM)

CALORIE: 0.0 – 990 (KC)

VELOCITA': 1-12KM/H

Programma automatico

Il tempo di esecuzione predefinito e' di 10 minuti. Dopo aver selezionato il programma, viene impostato il tempo di esecuzione. Ciascun programma e' diviso in 10 segmenti e il tempo di esecuzione di ciascun blocco di programma viene distribuito uniformemente. Il motore arresta il contatore dopo che il tempo impostato e' terminato. Di seguito e' riportato un diagramma di movimento di 12 programmi.

Tempo Fase		Tempo del set / 10 = Tempo di corsa per ogni fase									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	VELOCITA'	3	3	6	5	5	4	4	4	4	3
P2	VELOCITA'	3	3	4	4	5	5	5	6	6	4
P3	VELOCITA'	2	4	6	8	7	8	6	2	3	2
P4	VELOCITA'	3	3	5	6	7	6	5	4	3	3
P5	VELOCITA'	3	6	6	6	8	7	7	5	5	4
P6	VELOCITA'	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
P7	VELOCITA'	2	9	9	7	7	6	5	3	2	2
P8	VELOCITA'	2	4	4	4	5	6	8	8	6	2
P9	VELOCITA'	2	4	5	5	6	5	6	3	3	2
P10	VELOCITA'	2	5	7	5	8	6	5	2	4	3
P11	VELOCITA'	2	5	6	7	8	9	10	5	3	2
P12	VELOCITA'	2	3	5	6	8	6	9	6	5	3

Impostazione dei parametri in 3 modalita'

L'impostazione del tempo per il conto alla rovescia è inizialmente di 30:00 minuti, l'intervallo di impostazione è di 5:00 --- 90:00 minuti e il passaggio è di 1:00.

L'impostazione delle calorie del conteggio delle calorie è: 100 kcal, l'intervallo di impostazione è 20 --- 990 kcal, il passaggio ogni 10.

La distanza iniziale della distanza del conto alla rovescia è di 5,0 km, l'intervallo di impostazione è 0,5 --- 99,0 km e il passaggio ogni 0,1

La sequenza del ciclo è: manuale, tempo, distanza, calorie.

Altri

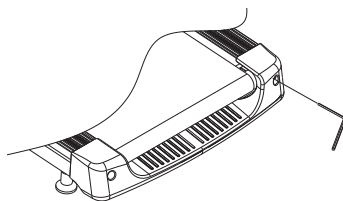
Quando viene eseguito un parametro di conto alla rovescia, il display visualizza "END" e scatta un allarme di 0,5 secondi ogni 2 secondi fino a quando il tapis roulant si arresta, l'allarme si interrompe e quindi ritorna allo stato della modalità manuale. Il tempo del conto alla rovescia, il conto alla rovescia e la distanza del conto alla rovescia possono essere impostati solo su uno di essi. I parametri impostati vengono conteggiati e mostrano un conteggio positivo.

6、 Istruzioni manutenzione

Una corretta manutenzione mantiene il tapis roulant in ottime condizioni; una manutenzione errata può danneggiare o ridurre la durata del tapis roulant.

ATTENZIONE: scollegare sempre il cavo di alimentazione del tapis roulant prima di pulire o mantenere il prodotto!

1. Rimuovere regolarmente la polvere per mantenere pulite le parti,
2. Dopo aver usato il tapis roulant, pulire lo strumento e le altre parti dal sudore e dai detriti con un asciugamano o un panno pulito. Fare attenzione a non spruzzare acqua sui componenti elettrici e sotto la cinghia di corsa.
3. Collocare il tapis roulant in un ambiente pulito e asciutto, assicurarsi che sia spento e scollegarlo.
4. Per facilitare il trasporto, il tapis roulant è dotato di ruote installate. Si prega di confermare che l'alimentazione sia scollegata e il tapis roulant sia ripiegato prima di muoverlo.
5. Controllare e bloccare sempre tutte le parti del tapis roulant; le parti danneggiate devono essere sostituite immediatamente.
6. Al fine di mantenere e prolungare la durata del tapis roulant, si consiglia di interrompere l'uso del tapis roulant per 10 minuti dopo 30 minuti di uso continuo.
7. La cinghia da corsa è stata regolata in fabbrica, ma dopo l'uso la cinghia da corsa si allungherà, si discosterà dalla posizione centrale e causerà il danneggiamento della striscia di attrito della cinghia da corsa e del coperchio posteriore. È normale che la cintura da corsa venga allungata durante l'uso. Dopo averlo usato per un certo periodo di tempo, se si corre con un tapis roulant ed è scivoloso o non liscio, è possibile regolare la tenuta della cinghia per migliorarne l'uso.



A. Regolazione del serraggio della cinghia da corsa

Se la cinghia da corsa è troppo allentata, inserire la chiave esagonale in dotazione nel foro di regolazione del passo sinistro del tapis roulant, ruotarlo di 1/4 di giro in senso orario, quindi regolare il piede destro per ruotare in senso orario. 1/4 di giro, notare che sinistra e destra devono essere regolate in modo sincrono, in modo che la cinghia da corsa possa essere stretta e la cinghia da corsa non si discosti dal punto centrale. Se la cinghia da corsa è troppo stretta, la sincronizzazione sinistra e destra verrà regolata in senso antiorario.

Nota: la cinghia da corsa non può essere regolata troppo strettamente. Ciò romperà la cinghia di corsa, aumenterà la pressione del tamburo anteriore / posteriore, causerà danni al cuscinetto a rulli, ecc., Produrrà rumori anomali o altri problemi e dovrà solo adattarsi alla cinghia di scorrimento senza scivolare.

B. Regolazione dell'allineamento della cinghia in esecuzione

Quando si utilizza il tapis roulant, la pressione sulle due cinghie non è la stessa durante la marcia e la pressione sulla cinghia di corsa non è bilanciata, causando la deviazione della cinghia dal centro. Questa deviazione è normale e ritorna automaticamente al centro quando nessuno sta correndo sul macchinario. In tal caso tornare al centro.

Far funzionare il tapis roulant a vuoto, regola la velocità alla sesta marcia e osserva la distanza dalla cintura di scorrimento alle barre laterali sinistra e destra:

- Se si trova a sinistra, utilizzare una chiave esagonale per ruotare la vite sinistra di 1/4 di giro in senso orario;
- Se è distorta verso destra, utilizzare una chiave esagonale per ruotare la vite destra di 1/4 di giro in senso orario;
- Se la cintura da corsa non è ancora al centro, ripetere l'azione sopra finché non viene regolata al centro.

Dopo aver regolato la cinghia da corsa al centro, regolare la velocità alla sesta marcia e osservare la deviazione della cinghia da corsa e le condizioni di marcia regolare. In caso di deviazione, ripetere il passaggio di regolazione.

Avvertimento! Non stringere eccessivamente i rulli! Ciò comporterà danni permanenti al cuscinetto!

Olio lubrificante

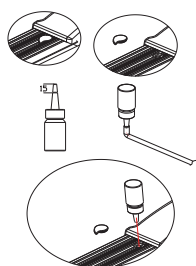
Il tapis roulant è lubrificato in fabbrica, ma la lubrificazione del tapis roulant viene spesso controllata per aiutare a mantenere il tapis roulant in un uso ottimale. Il tapis roulant deve essere lubrificato dopo un anno di utilizzo o 100 ore di funzionamento.

Dopo 30 ore o 30 giorni di utilizzo, quando il tapis roulant è fermo, sollevare la cinghia da corsa lateralmente e raggiungere il più possibile la superficie della piattaforma di corsa. Se si sente il lubrificante, non è necessario aggiungere olio lubrificante; se si tocca la superficie e vi è una forte sensazione di secchezza, si prega di seguire le istruzioni di seguito per fare rifornimento di lubrificante. (Utilizzare lubrificanti non a base di petrolio)

Come aggiungere il lubrificante?

Si prega di operare come mostrato di seguito, aprire la barra laterale a sinistra. Per il coperchio dell'alimentazione sul lato anteriore, utilizzare un paio di forbici o un coltello multiuso per tagliare la bottiglia di olio in base alle dimensioni della figura, quindi aggiungere l'olio secondo l'icona in basso.

Durante il riempimento, prestare attenzione a inserire l'asta sottile all'estremità anteriore della bottiglia dell'olio nel tubo di riempimento del carburante sulla piattaforma. Inserirla nuovamente all'interno.



7、 Malfunzionamenti e risoluzione problemi

1. Lo schemo elettronico visualizza il codice del messaggio di errore

Codice standard	Codice Standard	Risoluzione Standard
Er1	Lo schermo non è collegato Segnale non ricevuto	1.1.Verificare se la linea di comunicazione è allentata, staccata o danneggiata; 1.2.Controllare o sostituire la scheda elettronica; 1.3.Controllare o sostituire il controller.
Er3	Sovrapressione	2.1.Verificare che la tensione sulla linea di alimentazione sia su un valore normale. CA 200-240 V ; 2.2.Controllare o sostituire il controller. 2.3.Controllare o sostituire il motore.
Er4	Cortocircuito	3.1.Verificare se sovraccarico di peso; 3.2.Verificare se le parti mobili meccaniche sono bloccate; 3.3.Verificare se la mancanza il lubrificante, se manca aumenterà l'attrito tra la cinghia e la pedana. 3.4.Verificare se la pedana e' gravemente usurata; 3.5.Verificare se la cinghia da corsa è consumata; 3.6.Verificare se il cortocircuito viene dal cavo del motore; 3.7.Controllare o sostituire il controller; 3.8 Controllare o sostituire il motore.

Er5	Sovraccarico	<p>4.1.Verificare se sovraccarico di peso;</p> <p>4.2.Verificare se le parti mobili meccaniche sono bloccate;</p> <p>4.3.Verificare se la mancanza il lubrificante, se manca aumenterà l'attrito tra la cinghia e la pedana.</p> <p>4.4.Verificare se la pedana e' gravemente usurata;</p> <p>4.5.Verificare se la cinghia da corsa è consumata;</p> <p>4.6.Verificare se il cortocircuito viene dal cavo del motore;</p> <p>4.7.Controllare o sostituire il controller;</p> <p>4.8 Controllare o sostituire il motore.</p>
Er6	Motore non connesso	<p>5.1.Verificare se la linea del motore si allenta o si stacca facilmente;</p> <p>5.2 .Controllare o sostituire il motore;</p> <p>5.3.Controllare o sostituire il controller.</p>
Er7	Indicazione che la scheda madre non ha ricevuto il segnale	<p>6.1. Controllare se il cavo di comunicazione è allentato, staccato o danneggiato;</p> <p>6.2.Controllare o sostituire la scheda elettronica;</p> <p>6.3.Controllare o sostituire il controller.</p>
Er13	IGBT cortocircuito	7.1 Controllare o sostituire il controller
Er14	Cortocircuito del carico di lavoro	<p>8.1 Controllare la parte in uscita del controller per la presenza di corpi estranei che causano un corto circuito;</p> <p>8.2 Controllare o sostituire il motore.</p>

2. Problemi comuni e metodi di risoluzione dei problemi

1. Alcuni o tutti i pulsanti non funzionano bene

- 1.1 Scoprire la cassa superiore dell'orologio elettronico e verifica se i pulsanti funzionano ;
- 1.2 Controllare o sostituire la scheda elettronica ;
- 1.3 Controllare che il pulsante funzioni dopo aver riaccesso il macchinario.

1. L'orologio elettronico non mostra dati

Metodi di risoluzione:

- 2.1 Controllare se la tensione di ingresso rientra nell'intervallo consentito : CA 100-120 V / CA 200-240 V ;
- 2.2 Controllare se l'interruttore è acceso;
- 2.3 Controllare se il fusibile all'interno della presa di corrente è bruciato. Se è bruciato, sostituirlo con un fusibile di ricambio;

2.4 Controllare il controller, se il LED è acceso;

2.5 Controllare ciascun cavo;

2.6 Controllare o sostituire la scheda elettronica;

2.7 Controllare o sostituire la scheda di controllo.

2. Altri problemi e metodi di risoluzione

a. Il tapis roulant non si accende

Controllare se la spina di alimentazione è inserita, l'interruttore di alimentazione è acceso e il blocco di sicurezza è stato rimosso.

b. Il tapis roulant e' scivoloso

Regolare saldamente la cinghia di scorrimento facendo riferimento alle istruzioni.

c. Deviazione della cinghia

Fare riferimento alle istruzioni per regolare la cinghia da corsa al centro.

d . Suono anomalo durante la corsa

Controllare se le viti della macchina sono allentate e se la cinghia di scorrimento deve essere lubrificata.

8、 Linee guida esercizi

- Consultare il proprio medico prima di iniziare un esercizio o un programma di allenamento. Si prega di seguire i consigli del medico e le istruzioni per la formazione fisica.
- Definite i vostri obiettivi con il vostro medico prima di poter garantire che il piano sia realistico e avviare il programma di allenamento con facilità.
- È possibile aggiungere un po' di esercizio aerobico al piano di allenamento, come camminare, fare jogging, nuotare, ballare o andare in bicicletta. Controllare sempre il battito. Se non si dispone di un cardiofrequenzimetro elettronico, chiedere al proprio medico come misurare le pulsazioni dalla mano o dal collo. Inoltre, è necessario impostare la frequenza cardiaca target in base all'età e al benessere fisico.
- Bere molta acqua durante l'esercizio. È necessario ricostituire l'idratazione persa a causa di un eccessivo esercizio fisico per prevenire la disidratazione. Evitare di bere molta acqua ghiacciata o bevande, acqua potabile o bevande a temperatura ambiente.

9、 Esercizi di riscaldamento

Riscaldamento e riposo:

Un programma di esercizi di successo deve includere esercizi di riscaldamento, aerobici e rilassanti. Il numero di esercizi sarà almeno due o tre volte a settimana e, un giorno dopo l'esercizio, potete aumentare il numero di esercizi da quattro a cinque giorni dopo alcuni mesi. Il riscaldamento è una parte importante della vostra forma fisica. Riscaldatevi prima di ogni esercizio. Il riscaldamento può preparare il vostro corpo a esercizi più intensi, perché il riscaldamento può aiutare i muscoli a riscaldarsi e ad allungarsi. Migliora la circolazione sanguigna, aumenta le pulsazioni e trasporta più ossigeno nei muscoli. Dopo l'esercizio aerobico, anche esercizi di riscaldamento ripetuti possono ridurre il dolore muscolare. Raccomandiamo i seguenti esercizi di riscaldamento e di riposo.

UK

If you have any questions, please contact our customer care center.

Our contact details are below:



0044-800-240-4004



enquiries@mhstar.co.uk

IMPORTER ADDRESS:

MH STAR UK LTD

Unit 27, Perivale Park,
Horsenden lane South

Perivale, UB6 7RH

MADE IN CHINA

ES

Si tiene alguna pregunta, comuníquese con nuestro Centro de Atención al Cliente. Nuestros datos de contacto son los siguientes:



0034-931294512



atencioncliente@aosom.es

IMPORTADOR:

SPANISH AOSOM, S.L.

C/ ROC GROS, N° 15. 08550, ELS HOSTALETS DE
BALENYÀ, SPAIN.

B66295775

WWW.AOSOM.ES

ATENCIONCLIENTE@AOSOM.ES

TEL: 931294512

HECHO EN CHINA

FR

Si vous avez la moindre question, veuillez contacter notre centre d'assistance à la clientèle.

Nos coordonnées sont les suivantes:



0033-1-84166106



aosom@mhfrance.fr

Importé par:

MH France

2, rue Maurice Hartmann

92130 Issy-les-Moulineaux

France

Fabriqué en Chine

PT

Se tiver alguma dúvida, por favor contacte o nosso Centro de Atendimento ao Cliente. Os nossos dados de contacto são os seguintes:



0034-931294512



info@aosom.pt.

IMPORTADOR:

SPANISH AOSOM, S.L

C.ROC GROS N.15, 08550. ELS HOSTALETS DE BALENYÀ

TEL: 931294512 (SEG-SEX DAS 7:30H ÀS 16:30H)

INFO@AOSOM.PT

WWW.AOSOM.PT

DE

Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich bitte an unser Kundendienstzentrum.

Unsere Kontaktdaten stehen unten:



0049-(0)40-88307530



service@aosom.de

ADRESSE DES IMPORTEUR:

MH Handel GmbH

Wendenstraße 309

D-20537 Hamburg

Germany

IN CHINA HERGESTELLT

IT

In caso di dubbio, si prega di contattare il nostro centro assistenza clienti. I nostri dettagli di contatto sono di seguito:



0039-0249471447



clienti@aosom.it

IMPORTATO DA:

AOSOM Italy srl

Centro Direzionale Milanofiori

Strada 1 Palazzo F1

20057 Assago (MI)

P.I.: 08567220960

FATTO IN CINA